

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ



ПАХОМОВ І.В.

ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ
ЦІННОСТЕЙ ЗДОБУВАЧІВ
ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-
ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

БІЛА ЦЕРКВА 2023

Пахомов І. В. **Формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти : програма тренінгу.** Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО», 2023. 131 с.

Мета розробки даної тренінгової програми: формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти на засадах екзистенційної психології та притчатерапії.

Зміст даної тренінгової програми відображає сучасні тенденції з формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти, містить інформацію щодо сутності цих цінностей, методики організації та проведення тренінгових занять в умовах сучасного закладу професійної (професійно-технічної) освіти на засадах компетентнісного підходу.

Основні положення даної тренінгової програми носять як науково-методичний, так і практично-зорієнтований характер і покликані сприяти більш чіткому та систематизованому уявленню про методику формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти.

Матеріали даної тренінгової програми стануть у нагоді педагогічним працівникам і керівникам закладів професійної (професійно-технічної) та фахової передвищої освіти, насамперед соціальним педагогам та психологам.

Рецензенти:

Єрмоленко А.Б., заступник директора з навчальної роботи Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти ДЗВО «УМО» НАПН України, кандидат політичних наук, доцент;

Суліцький В.В., доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат психологічних наук, доцент.

Рекомендовано до публікації Вченою радою Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (протокол № 5 від 16.05.2023 р.)

ЗМІСТ

| | стор. |
|------------------------------------|-------|
| Передмова..... | 4 |
| Заняття 1. Цінності..... | 7 |
| Заняття 2. Ціннісний вибір..... | 19 |
| Заняття 3. Життя..... | 31 |
| Заняття 4. Щастя..... | 44 |
| Заняття 5. Сім'я..... | 54 |
| Заняття 6. Свобода..... | 71 |
| Заняття 7. Любов..... | 80 |
| Заняття 8. Дружба..... | 86 |
| Заняття 9. Праця..... | 94 |
| Заняття 10. Час..... | 104 |
| Заняття 11. Самовдосконалення..... | 115 |
| Заняття 12. Підсумкове..... | 123 |
| Додатки..... | 127 |

ПЕРЕДМОВА



Актуальність програми та її методологічні засади

Програма розроблена на засадах екзистенційної психології та притчатерапії, кількість прихильників практичного застосування яких останніми роками в Україні значно зросло. Це пояснюється, передусім, їх результативністю, завдяки якому за відносно короткий термін відбуваються позитивні зміни у поведінці людини.

Участь у Програмі слугує ефективним інструментом корекції порушень ціннісно-сислової сфери людини. Учасники замислюються над своїми життєвими цінностями, набувають знань та вмінь щодо планування шляхів їх досягнення.

Екзистенційний підхід вимагає від фахівців зваженого та уважного ставлення до формуванні системи цінностей особистості. Безперечно, визнання ефективності загальнолюдських цінностей є необхідною умовою впровадження Програми.



Цільова група

Програма призначена для роботи з особами різного віку та статі, які здобувають професійну (професійно-технічну) освіту і прагнуть навчитися керувати своїми емоціями та діями, приймати рішення, визначати мету і планувати позитивні зміни у своєму житті.



Мета і завдання

Мета тренінгової програми – усвідомлення учасниками системи власних життєвих цінностей, навичок конструктивного та позитивного мислення, саморегуляції, рефлексії, цілепокладання і планування, а також сприяння позитивним змінам у поведінці.

Завдання:

- сформулювати усвідомлення власної системи життєвих цінностей;
- сформулювати розуміння власної відповідальності за керування своїм життям;
- сформулювати усвідомлення цінностей як рушійної сили людини;
- сприяти розумінню власної відповідальності за свої цінності;
- сформулювати розуміння процесу формування просоціальних цінностей і їх впливу на життя людини;
- надати інформацію щодо основних гуманістичних цінностей;
- сприяти розумінню учасниками важливості правильної постановки цілей та визначення шляхів їх досягнення, планування змін у своєму житті.

Позитивна динаміка всіх учасників групи визначається шляхом постійного спостереження за їх поведінкою та реакцією на навчальний матеріал, а також аналізу заповнення ними оцінювальних форм.



Опис структури Програми

Навчально-методичний комплект Програми складається з методичного посібника для ведучого.

Матеріали Програми подано у вигляді серії з 12 послідовних занять.

Кожне заняття триває дві академічні години (90 хв.) і складається з трьох частин:

1) вступна частина: привітання учасників Програми, повторення матеріалу попереднього заняття, роз'яснення незрозумілого;

2) основна частина: огляд поточного заняття, представлення нового теоретичного матеріалу, інтерактивні вправи;

3) підсумок заняття: підбиття підсумків, оцінювання кожним учасником своєї роботи, матеріалу Програми і роботи ведучого.



ЗМІСТ

Зміст Програми

Заняття 1. Цінності

Заняття 2. Ціннісний вибір

Заняття 3. Життя

Заняття 4. Щастя

Заняття 5. Сім'я

Заняття 6. Свобода

Заняття 7. Любов

Заняття 8. Дружба

Заняття 9. Праця

Заняття 10. Час

Заняття 11. Самовдосконалення

Заняття 12. Підсумкове



Форми роботи

Основна форма проведення заняття – тренінг, що дозволяє учасникам обмінюватися інформацією з іншими у групі, вчитися висловлювати свою думку, розвивати та відпрацьовувати на практиці необхідні навички. У процесі тренінгу інформація засвоюється швидше, тому що учасники мають змогу обговорити те, що є незрозумілим, поставити питання й одразу застосувати отримані знання на практиці, формуючи таким чином відповідні поведінкові навички.

Групова робота в межах тренінгу реалізується у різних формах, що охоплюють інформаційні повідомлення та презентації ведучого, пошук творчих ідей за допомогою «мозкового штурму», бесіди та обговорення, роботу в групах, рольові ігри. Також можливе застосування інших форм роботи, що дають учасникам можливість закріпити здобуті теоретичні знання на практиці. Вибір форми залежить від особливостей конкретної групи та можливостей ведучих.



Організаційні засади реалізації Програми

Загальні положення:

- До моменту входження учасників у Програму бажано провести індивідуальну роботу з ними з метою ознайомлення зі змістом, метою Програми та очікуваним результатом, а також графіком відвідування занять.
- Необхідно врахувати, що впродовж проходження Програми деякі учасники матимуть потребу у додатковій увазі з боку спеціалістів, тому необхідно забезпечити їх своєчасну підтримку та надавати кваліфіковану допомогу (наприклад, забезпечення психологічною підтримкою).
- Упродовж проведення Програми бажано підтримувати зв'язок зі спеціалістами, залученими до співпраці (психологами, соціальними працівниками), для відстеження змін у поведінці учасників.
- Надалі, з метою закріплення позитивних результатів та відстеження ефективності Програми, бажано проводити періодичні зустрічі з учасниками та працівниками, залученими до роботи з ними (наприклад, після проходження програми через 3 та 6 місяців).

Розмір групи

Оптимальний розмір групи – 6-8 осіб.

Періодичність зустрічей

Рекомендована періодичність занять – не рідше одного разу на тиждень.

Ведучий

Позитивно впливає на динаміку групи та розгляд тем Програми наявність ведучого, який є особою, що сприятиме формуванню у учасників позитивної моделі цінностей.

Основні вимоги до ведучого:

- базова психологічна чи педагогічна освіта;
- ознайомлення з основами екзистенційного підходу, оволодіння матеріалами тренінгової програми;
- володіння знаннями, вміннями та навичками тренінгової роботи з аудиторією;
- дотримання вимог етичного кодексу психолога, зокрема збереження конфіденційності інформації, отриманої від учасника.

Вимоги до приміщення

Проведення Програми передбачає певні вимоги до навчального приміщення та його технічного забезпечення, а саме:

- площа аудиторії має відповідати чисельності групи;
- стільці для учасників та ведучого мають бути розташовані по колу, за межами якого мають розміщуватися столи для роботи груп;
- місця учасників повинні бути мобільними, столи та стільці – доступними для переміщення;
- має бути наявна дошка для розміщення блокнота фліпчарт;
- необхідна проекційна техніка (ноутбук і проектор) та екран;

ЗАНЯТТЯ 1. ЦІННОСТІ



Ціль заняття: сформуванню розуміння значущості цінностей для людини.



Завдання:

- ознайомити учасників з основними цінностями, необхідними для успішного керування життям;
- визначити власні сильні та слабкі сторони й усвідомити важливість використання своїх ресурсів для формування позитивних цінностей;
- сприяти позитивній мотивації учасників на подальше проходження Програми.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|------------|----------------------------|---|------------|
| 1.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучого. Огляд програми та заняття | 5 хв. |
| 1.2 | Знайомство | Вправа «Моє ім'я» | 5 хв. |
| 1.3 | Правила роботи групи | Ознайомлення з правилами, прийняття правил | 5 хв. |
| 1.4 | Очікування від програми | Вправа «Я очікую...» | 5 хв. |
| 1.5 | Основна частина | Вправи «Цінності», «Сильні та слабкі сторони», «Хто Я», аналіз притчі | 60 хв. |
| 1.6 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

1.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд Програми та заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою Програми та умовами участі в ній, представити тему першого заняття.

Хід проведення:



Ведучий представляється та вітає учасників групи.

Далі ведучий коротко проводять огляд Програми, оголошуючи її цілі та завдання, а також зазначаючи назви занять та їхню структуру:

«Напевно, ви не один раз чули вираз: «Життєві цінності».

Як ви вважаєте, про що він?

На вашу думку, про що ми з вами будемо говорити на наших зустрічах?

Чи буває так у вашому житті, коли вам хочеться жити правильно, але виходить по іншому? А буває так: ви знаєте, що вам необхідно робити, і в той же час – не робите цього? А хотілося б вам будувати власне життя на міцному фундаменті – на загальнолюдських цінностях? Так? Але одного бажання недостатньо: необхідно не тільки знати та розуміти їх, але й підпорядковувати їм власні потреби та можливості, передбачати наслідки власних дій на декілька кроків вперед, як у грі в шахи. Та, окрім того, розуміти й інших людей, оскільки вони є частиною нашого життя. На наших зустрічах ми будемо пізнавати не тільки гуманістичні цінності, але й себе, приймати рішення та вчитися, як успішно керувати своїм життям на їх основі».

Далі ведучий ознайомлює учасників із темою першого заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментують план проведення:

«На сьогоднішньому занятті, назва якого «Цінності» ми з вами розглянемо, що це – «життєві цінності» та що є основою ефективного керування власним життям. Визначимо сильні та слабкі сторони особистості і поміркуємо про те, як вони впливають на життя людини».

УВАГА!

До уваги ведучого!

На цьому етапі ведучому доречно похвалити учасників за те, що вони приєдналися до Програми, наголосити, чому участь у ній є надзвичайно важливою. Ведучий може прокоментувати, що наразі учасники можуть відчувати певну скутість і це нормальне явище, проте зовсім скоро вони зможуть познайомитися та крок за кроком почнуть пересвідчуватися, що брати участь у заняттях корисно і цікаво, та зможуть почувати себе вільніше.

1.2. Знайомство (5 хв.)



Вправа «Моє ім'я» (5 хв.)



Ціль: познайомити учасників один з одним, створити атмосферу доброзичливості.

Необхідні матеріали: м'яч, маркери, бейджі.

Хід проведення:



Учасники стають у коло, тримаючи перед собою витягнуті руки. Ведучий називає своє ім'я та кидає м'яч одному з учасників, при цьому опускає свої руки. Вправа триває доти, поки всі учасники опустять свої руки та представляться. Ведучий роздає всім учасникам бейджі, маркери та просить написати на них своє ім'я.

УВАГА!

До уваги ведучого!

Необхідно пояснити учасникам, що ім'я необхідно написати маркером великими літерами, розбірливо, потім необхідний час, щоб напис висох, після чого аркуш з іменем можна закладати у бейджі. В іншому випадку напис розмажеться, а робота – зіпсується.

1.3. Правила роботи групи (5 хв.)

ПРАВИЛА

НАШОЇ ГРУПИ

Ознайомлення з правилами, прийняття правил (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із правилами роботи, формувати навички самодисципліни, створити умови для ефективного проходження програми.

Необхідні матеріали: кулькові ручки для всіх учасників, аркуш блокнота для фліпчарту.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників та наголошує, що результат Програми тісно пов'язаний з відвідуванням ними занять, а досягнення кожного залежать від рівня власної вмотивованості до участі та рівня активності. Також результат Програми і загалом атмосфера занять залежатимуть від того, чи поважатимуть учасники один одного та чи виконуватимуть базові правила взаємодії у групі, які слід запам'ятати.

Далі ведучий презентує основні правила роботи в групі, записані заздалегідь на аркуші блокнота для фліпчарту/слайді:



Приходити вчасно/дотримуватися регламенту. Завчасно повідомляти про власні труднощі, які заважають участі у роботі групи у певні дні (потреба пропустити заняття, піти або прийти раніше або пізніше призначеного часу). У такому випадку питання про подальшу участь у роботі вирішуватимуть ведучі. Щоб проходження програми було корисним, важливо не пропускати і не запізнюватись на заняття.



Брати активну участь. Орієнтувати себе на те, щоб проявляти активність, беручи участь в усіх вправах та активностях, що виникають під час роботи групи. Мати право висловлювати власну думку стосовно будь-якого питання.



Говорити по черзі, не перебиваючи. Намагатись слухати того, хто говорить, не перебивати. Поважати один одного.



Дотримуватися конфіденційності. Не розголошувати інформацію особистого характеру. Інформація, що обговорюється в групі і стосується

«особистих» життєвих історій кожного учасника, не виноситься за межі групи.



Бути позитивними та конструктивними. Не критикувати думки інших. Висловлюватись лише від власного імені і про те, що відчувається, переживається, відбувається тут і зараз.



Бути щирими. Кожен учасник намагається висловлювати свої думки відверто та чесно, при цьому міру довірливості/відкритості він встановлює сам.



Відповідальність. Брати на себе відповідальність за свою поведінку в групі.

УВАГА!

До уваги ведучого!

На аркуші фліпчарту/слайді варто зафіксувати лише назви правил, пояснення до них надаються ведучими усно, окрім того вони представлені у робочому зошиті.



Ведучий повідомляє, що перш ніж починати проходження Програми, необхідно прийняти і підписати згоду про допустимі норми поведінки в групі.

Ведучий уточнює, чи всім все зрозуміло і чи має хтось запитання, після цього учасники підписують правила, якщо погоджуються з ними. Ведучий інформує учасників, що ці правила можна доповнити, якщо є якісь варіанти, які не були названі, але учасники хотіли б додати їх до цієї згоди. Якщо таких правил нема, то ведучі повідомляють, що цей список можна буде доповнити під час роботи групи.

1.4. Очікування від Програми (5 хв.)



Вправа «Я очікую...» (5 хв.)



Ціль: дати можливість учасникам визначити очікування від проходження Програми.

Необхідні матеріали: кулькові ручки, ножиці, клей.

Хід проведення:



Ведучий просять учасників відкрити оброти те, що вони хочуть отримати від участі у Програмі з огляду на її мету та завдання, які вже були озвучені ведучими. Обраних позицій має бути до шести.

Ведучий пропонує виконати вправу самостійно і після цього презентувати свої напрацювання.

УВАГА!

До уваги ведучого!

Після закінчення проходження Програми ведучий ще раз з учасниками повернувся до обговорення цієї вправи, щоб учасники змогли визначити, якою мірою участь у Програмі відповідала їхнім очікуванням.

1.5. Основна частина (60 хв.)

Вправа «Цінності» (25 хв.)



Ціль: ознайомити учасників з основними цінностями, необхідними для успішного керування своїм життям, та визначити необхідність використання здобутих знань на практиці.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Для того щоб ми могли самостійно керувати нашим життям, нам необхідно спочатку розібратися в його правилах, пізнати свої можливості, визначити ресурси та способи їх дотримання. Чим більше та краще ми розуміємо ці правила, тим краще ми можемо керувати своїм життям. У той же час, ми можемо керувати своїм життям інтуїтивно, але з цим пов'язано багато ризиків. Сьогодні ми з вами переконаємося у цьому.»

Для того, щоб нам було легше розуміти та уявляти, про що ми говоримо, я пропоную порівняти процес «керування життям» із процесом

«керуванням автомобілем». Отже, керування життям = керування автомобілем.

Що необхідно людині, щоб успішно керувати автомобілем? [ведучий вислуховує відповіді та узагальнює].

Для того, щоб керувати автомобілем, треба знати правила дорожнього руху».

Ведучий озвучує умови завдання:

«Ваші життєві цінності необхідно проранжувати: найголовніша для Вас цінність отримує номер «1», менш важлива – номер «2» ...».

На виконання цього завдання у вас є 5 хвилин».

Учасники самостійно ранжують цінності, після чого ведучий ініціює обговорення:

«Зачитаймо, які ж цінності є більш важливі, а які – менш важливі».

Учасники презентують напрацювання: хтось із групи починає, а інші доповнюють. Ведучий акцентує увагу учасників, що цінності утворили сходинки, і тепер чітко видно, що кожна сходинка наближає нас до нормального життя.



До уваги ведучого!

Учасникам може бути складно розпочати ранжувати цінності, тому ведучий має підказати або направити учасників: найбільш важливими для християнина є цінності, які є метою життя (щастя, здоров'я, родина). Також важливими є цінності, які дозволяють досягти цієї мети (мир, робота, здоровий спосіб життя).



Питання для обговорення:

- Для чого необхідно оволодівати знаннями про цінності?

Після завершення часу, призначеного для роботи в групах, ведучий ініціює презентацію напрацювань за таким алгоритмом: групи по черзі презентують по одному пункту, після кожної презентації ведучі запитують в інших груп, чи є доповнення.



Ведучий звертається до учасників:

«Послідовність досягнення цінностей така ж сама, як і у навчанні керування автомобілем. Чого б ми не навчалися, нам завжди необхідно вивчити:

- *будову;*
- *правила;*
- *спробувати застосувати отримані знання на практиці під наглядом інструктора;*
- *самостійно братися за безпечне керування.*

Уявімо, що буде з водієм, який не знає правил дорожнього руху? Або не знає, що машині взимку необхідно міняти колеса? (він може потрапити в аварію).

Чи можна відремонтувати автомобіль після аварії?»

Ведучий приймає відповіді учасників.

УВАГА!

До уваги ведучого!

Учасники можуть пропонувати різні варіанти відповідей:

- Автомобіль може не підлягати ремонту;
- Звісно, все можна відремонтувати;
- Йому взагалі нічого не буде, можливо, маленька подряпина;
- Все залежить від марки автомобіля...



Ведучий резюмує сказане:

«Звісно, залежно від марки автомобіля або ступеня аварії можуть бути різні наслідки для автомобіля та його водія. Все можна відремонтувати, а якщо не підлягає ремонту – купити новий автомобіль. І це правда.

Але життя – це не автомобіль, ми не можемо його замінити, але в наших силах подбати про те, яким чином відремонтувати його, якщо певна «аварія» вже сталася, а також уникати їх (аварій).

Знання про цінності життя допоможуть нам уникати неприємних ситуацій. Знання про себе, свої емоції, реакції, можливості – так само допоможуть нам рухатися по життю ефективно та безпечно, з часом відпрацьовуючи майстерність».

Вправа «Сильні та слабкі сторони» (15 хв.)



Ціль: сприяти акцентуванню уваги на позитивних та негативних якостях особистості та самоаналізу.

Необхідні матеріали: аркуш блокнота для фліпчарту, маркери.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Із засвоєння якої сходинки нам необхідно розпочати, для того, щоб навчитися керувати власним життям?» [ведучі приймають відповіді. Очікувана відповідь: Знайомство із собою]. Наше знайомство ми розпочнемо із сильних сторін особистості, тих, які нам допомагають у житті».

Ведучий пропонують учасникам позначити ті якості, які їм подобаються в їхніх друзях, за бажанням вони можуть дописати власні варіанти. Для виконання цього завдання вони отримують 5 хвилин.



Питання для обговорення:

- Які якості ви обрали? Назвіть одну – дві.
- Чому саме такі якості вами обрано?

Коли список складений, ведучий просять учасників записати ті якості, які притаманні їм самим.



Ведучий звертається до учасників:

«Як ви вважаєте, чому ті якості, які ми перелічили, можна віднести до «сильних сторін»?»

Якщо переглянути всі характеристики (сильні сторони), які ми розглянули, та додати до них частку «не», то які це будуть сторони особистості? [Очікувана відповідь: слабкі сторони].

Які ще можна зазначити характеристики особистості, що підпадають під назву «слабкі сторони особистості»?»

Ведучий фіксує відповіді на аркуші блокнота для фліпчарту, після чого пропонують учасникам обрати ті, які, на їхню думку, є в них самих, та записати їх.



Питання для обговорення:

- Для чого нам необхідно знати наші сильні сторони? [Очікувана відповідь: Це наші ресурси, це те, що допоможе нам досягати поставлених цілей та керувати власним життям].

- Для чого нам необхідно знати про наші слабкі сторони? [Очікувана відповідь: Для того, щоб розуміти, де нам (в яких ситуаціях) важко буде «керувати життям», знати, на що саме необхідно звернути увагу, над чим працювати та перетворити слабку сторону на сильну].



Ведучий підсумовує відповіді учасників:

«Для того, щоб впевнено керувати власним життям, нам необхідно знати свої сильні та слабкі сторони. Іноді керування життям буває досить складним і ми потребуємо додаткових ресурсів. Хто це може бути?»

[Очікувана відповідь: друзі, родичі, знайомі, вчителі...]. *Так, у нашому житті зустрічаються люди, які можуть нам допомагати справлятися із складними ситуаціями, головне не соромитися та вчасно звертатися по допомогу».*

Вправа «Притча про глечик і каміння» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Під час занять ми будемо аналізувати багато мудрих притч про цінності життя, тому пропоную вам послухати вірш О. Д. Сатанівської:

Ви притчі не читайте, як поеми, і зміст прихований у них, щоб зрозуміти

Всім серцем пережити їх Вам треба і найцінніше визначити вміти.

В житті вони завжди допомагають, хоч долю ти свою не загадаєш,

Вони на подвиги нас надихають, лиш треба вдуматись у те, про що читаєш.

Нас вчать прощати горе і образи, знаходити насагу до життя,

Триматись вперто, мудро і щоразу душевній болі не давати вороття.

Ще мудрість притчі полягає в тому - щоб інших ти й не прагнув ображати.

Ображений хоча й буде страждати - та більш за все - ви будете страждати!

Не тільки мудрості завдання їх навчати, а вмінню побороти словом ворогів,

Умінню вчитись і в житті пізнати те, що до цього ти пізнати не зумів.

Далі ведучий пропонує учасникам ознайомитися з східною притчею «Глечик і каміння»:

Один юнак постійно непокоївся з приводу свого життя і майбутнього. Якось, гуляючи берегом моря, зустрів він мудрого старця.

- Що тебе тривожить, юначе? – запитав старець.

- Здається, я не можу збагнути, що в житті для мене найважливіше, — відповів юнак.

- Це дуже просто, - сказав старець. Він підняв із землі порожнього глечика і почав заповнювати його камінням завбільшки з кулак.

Заповнивши глечик по вінця, запитав:

- Цей глечик повний, чи не так?

- Так, - погодився юнак.

Старець мовчки кивнув, узяв жменю дрібних камінців, кинув їх у глечик і злегка потрусив. Камінці заповнили пустоти між великим камінням. Він усміхнувся і запитав:

- А тепер глечик повний?

Юнак ствердно кивнув.

Тоді старець узяв пригорщу піску і висипав його у глечик. Пісок заповнив пустоти, що залишилися. Після цього дістав мудрець кухоль, повний води і вилив її в глечик до останньої краплі.

- Ось відповідь на твоє запитання, - сказав старець. - Велике каміння - це найважливіші речі в житті: родина, кохана людина, рідна земля, мудрість. Якщо втратиш усе, крім цього, твоє життя все одно буде повним.

Він хвильку помовчав, а відтак мовив:

- Дрібні камінці - це також важливі для тебе речі: робота, дім, матеріальний добробут. А пісок - дрібниці, які насправді не мають жодного значення.

Юнак слухав дуже уважно, і старець продовжив:

Деякі люди роблять помилку. Вони спочатку засипають у глечик пісок, і в ньому не лишається місця для каміння. Так і в житті. Якщо витратити сили на дрібні й незначущі речі, у ньому не буде місця для найважливіших цінностей. Тому передусім подбай про велике каміння, не забувай і про дрібне. А пісок хвилі життя самі знайдуть своє місце у проміжках між ними.

Мудрець повернувся вже йти, коли заінтригований юнак запитав: «А для чого ж потрібна була вода?» – Радий, що ти запитав мене про це. А зробив так для того, щоб довести тобі, що, як би не було твоє життя зайняте, завжди є трохи місця для дозвілля. Деякі люди роблять помилку. Вони спочатку засипають у глечик пісок, і в ньому не лишається місця для каміння. Так і в житті. Якщо витратити сили на дрібні й незначущі речі, у ньому не буде місця для найважливіших цінностей. Тому передусім подбай про велике каміння, не забувай і про дрібне. А пісок хвилі життя самі наб'ють у проміжки між ними.



Питання для обговорення?

- В чому складається мораль притчі? (серед життєвих цінностей є більш важливі (життя, здоров'я, мир, родина), а є менш важливі (гроші, робота, успіх).

Вправа «Хто Я?» (10 хв.)



Ціль: надати учасникам можливість проаналізувати та визначитись, які ролі в житті вони виконують.

Необхідні матеріали: аркуші паперу.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Ви маєте надати якомога більше відповідей на одне запитання: Хто Я?».

Ведучий звертає увагу, що ролі, які стоять на перших місцях, є найбільш важливими для учасників. Усі ролі можна поділити на наступні групи:

- сімейні (батько, син, онук, чоловік тощо);
- професійні (бригадир, токарь, спеціаліст тощо);
- загальні (людина, особистість тощо);
- громадянські (громадянин України тощо);
- національні (українець, росіянин, грузин тощо);
- релігійні (християнин, православний тощо).



Питання для обговорення:

- Як можна проранжувати ці «ролі»? Яка роль для вас на першому місці, а які, можливо, на другому – третьому? Якщо Ви не думали про це, то подумайте зараз і запишіть відповідну цифру навпроти визначеної ролі у зошиті.

- Де ще у житті найчастіше використовують слово «роль»? [Очікувана відповідь: у театрі, кіно]. Чи змінюються ролі? Чи може людина на певному етапі життя змінити роль «поганого героя» на «хорошого»? [Очікувана відповідь: так]. Якщо «ні», то чому ви так вважаєте? Якщо «так», то як це зробити?

1.6. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.)

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучий роздає усім учасникам оцінювальну форму заняття, розміщену у Додатку 1. Учасники заповнюють оцінювальну форму і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 2. ЦІННІСНИЙ ВИБІР



Ціль заняття: сформувати усвідомлення необхідності ціннісного вибору у житті.



Завдання:

- інформувати учасників про необхідність ранжування цінностей у житті;
- сприяти розумінню ефективних шляхів вибору цінностей;
- сприяти позитивній мотивації учасників на подальше проходження Програми.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|--------|
| 2.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучого. Огляд заняття | 5 хв. |
| 2.2 | Знайомство | Вправа «У чому мені пощастило в житті» | 5 хв. |
| 2.3 | Основна частина | Вправи «Аукціон», «Як розпорядитися життям», «Мої цінності», «Верстові стовпи», «Пріоритети» | 70 хв. |
| 2.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

2.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи. Далі коротко проводять огляд заняття, оголошуючи його тему, цілі та завдання, а також зазначають основні поняття, коротко коментують план проведення:

«На сьогоднішньому занятті ми з вами розберемося, чому людина постійно робити ціннісний вибір у житті».

2.2. Знайомство (5 хв.)



Вправа «У чому мені пощастило в житті» (5 хв.)

Ціль: підвищити рівень життєвого оптимізму, створити позитивний настрій, налаштувати учасників на роботу.

Хід проведення:



Ведучий пропонує учасникам по черзі представитися та розказати про те, у чому їм пощастило в житті. Робить висновок, що багатьом позитивним подіям у житті учасників треба завдячувати Богові.



До уваги ведучого!

Учасникам може бути складно визначитися, у чому їм пощастило, тому ведучим варто підказати:

Мені пощастило у житті тому, що:

- Я народився;
- Я колись знайшов гроші;
- Я закохався у гарну людину;
- Я маю красиві очі;
- Я маю хороших друзів...

Гра «Аукціон. Що ти обереш?» (15 хв.)



Мета: осмислити важливість розподілу власних ресурсів для вибору, яке може надати життя.



Слово ведучого:

«Кожен у житті робить вибір, керуючись своїми цінностями. У вас є ресурси для того, щоб обрати ту чи ту пропозицію. Однак, як це часто буває, ці ресурси обмежені. Сьогодні ви спробуєте робити вибір із моїх пропозицій, мудро витрачаючи на це свої ресурси».

Ведучий роздає учасникам 8 кольорових смужок - «ресурсів» (умовні одиниці або «гроші»).

«Я зачитуватиму пропозиції. Якщо ви берете участь у виборі якоїсь із них, то відкладаєте вбік певну кількість папірців (я скажу, яку саме). Якщо не обираєте жодної пропозиції - нічого не відкладаєте.

Що ти обереш?



Недорогий відпочинок разом із родиною або самому поїхати на фешенебельний курорт? (Вартість цього вибору – 2 умовні одиниці.)

Якщо берете участь у цьому виборі - відкладаєте вбік 2 смужки паперу. Якщо така пропозиція не є для вас цінною - залишаєте все так, як є. Ті, хто вибрав відпочинок із родиною, не лише відпочили, а й зміцнили родинні стосунки. Міцна родина – додатковий ресурс, і тому ви можете повернути собі 1 умовну одиницю.



Виконати наказ, який суперечить твоєму сумлінню чи відмовитися (вартість вибору - 3 умовні одиниці).

Той, хто вибрав відмову, - повертає 1 одиницю, тому що його сумління залишилося чисте.



Одружитися з коханою людиною чи з найбагатшою людиною у світі? (Вартість участі у виборі - 4 умовні одиниці).

Ті, хто обрав шлюб з коханою людиною, повертають собі 2 умовні одиниці, адже кохання - величезний ресурс підтримки і внутрішньої сили.



Займатися в житті улюбленою справою або робити те, що не до душі, але за великі гроші (вартість вибору - 3 умовні одиниці).

Ті, хто обрав роботу не до душі, відкладають ще одну одиницю, оскільки така робота дуже виснажує, потребує додаткового ресурсу.

На цьому пропозиції, які вам робило життя, закінчилися. Підрахуйте залишок своїх ресурсів. Можливо, комусь не вистачило певної кількості, щоб зробити останній вибір.

Підсумуйте:

- «Якщо ваші ресурси закінчилися раніше, ніж ви придбали все, що хотіли, це означає, що дещо з вашого вибору коштувало надто дорого. Життя має обмежені ресурси, і часто їх не вистачає, щоб заплатити за все бажане.

- Якщо ресурсів вистачило або у вас залишилася 1 одиниця, це означає, що ви скористалися тим вибором, який дає вам життя.

- Якщо у вас залишилося більш як 2 невикористані одиниці, вони пропали марно. Ви не скористалися шансами, які давало вам життя: пожертвували своєю родиною чи роботою, хоч у вас була можливість це зробити».



Запитання для обговорення:

- Чим ви керувалися у своєму виборі?
- Як цю гру можна пов'язати із життям?



Ведучий робить підсумок:

«Це була лише гра, але кожен побачив свій вибір і свої цінності. В реальному житті ви теж матимете різні можливості, тож ретельно зважуйте свій вибір і постарайтеся не втрачати шансів на шляху до успіху».

Вправа «Як розпорядитися своїм життям» (15 хв.)



Мета: навчитися робити правильний ціннісний вибір.



Слово ведучого:

«На початку гри прошу кожного написати своє ім'я на 10 папірцях, які вам було роздано. Через хвилину перед кожним постане вибір - "витратити" чи "заощадити" свої папірці. На продаж будуть виставлені різноманітні "товари" по парі. Правила гри не дозволяють купити обидва товари, тільки щось одне або нічого. Зрозуміло, що коли закінчаться папірці, вже нічого не можна буде купити. Усі покупки можна робити лише тоді, коли "товари" пропонуються на продаж. Не можна повернутися до попередньої пари, якщо на продаж вже виставлено наступну пару. Кожен товар має певну установлену заздалегідь ціну. За останній папірець можна купити один будь-який "товар".

"Товари" на продаж демонструються в презентації

1 пара "товарів":



Варіант А. Чудова квартира або будинок (1 папірець).



Варіант Б. Новий автомобіль на вибір (1 папірець).

2 пара "товарів":



Варіант А. Повністю оплачена поїздка на відпочинок (терміном 1 місяць) у будь-яку країну світу разом з другом чи чоловіком (2 папірці).



Варіант Б. Повна гарантія того, що Ви будете завжди щасливі з людиною, з якою живете (2 папірці).

3 пара "товарів":



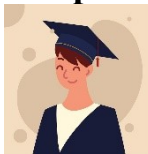
Варіант А. Стати найбільш популярною людиною серед свого

оточення (1 папірець).



Варіант Б. Мати одного справжнього друга (2 папірці).

4 пара "товарів":



Варіант А. Повернутися до студентських років (2 папірці)

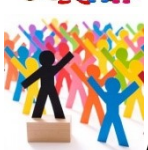


Варіант Б. Заснувати прибуткову компанію (2 папірці).

5 пара "товарів":



Варіант А. Мати щасливу сім'ю (3 папірці)



Варіант Б. Здобути всесвітню славу (3 папірці)

Після того, як Ви зробили свій вибір з цієї пари, тим, хто вибрали щасливу сім'ю, повертають два папірці як винагороду.

6 пара "товарів":



Варіант А. Можливість змінити якусь одну рису у своїй зовнішності (1 папірець).

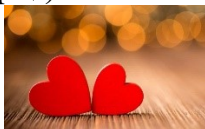


Варіант Б. Відчуття задоволення протягом усього життя (2 папірці).

7 пара "товарів":



Варіант А. П'ять років безмежної фізичної насолоди (2 папірці).



Варіант Б. Любов та повага тих людей, що є для тебе найдорожчими (2 папірці).

Ті, хто вибрали п'ять років насолоди, повинні додатково сплатити один папірець (якщо він ще залишився), оскільки за певні речі ми маємо платити більше, ніж здається спочатку.

8 пара "товарів":



Варіант А. Чиста совість (2 папірці)



Варіант Б. Здатність досягти успіху у тій сфері, де найбільше цього прагнеш (2 папірці).

9 пара "товарів":

Варіант А. Створити диво для того, кого ти любиш (2 папірці).

Варіант Б. Можливість прожити заново (або повторити) одну подію з власного минулого життя (2 папірці).

10 пара "товарів":



Варіант А. Сім додаткових років життя (3 папірці).



Варіант Б. Безболісна смерть, коли настане час (3 папірці).

Більше не дозволяється робити покупки. Ті папірці, що не були використані, вважаються знеціненими.



Питання для обговорення:

Яка покупка подобається Вам понад усе?

Чи шкодуєте, що не зробили якусь покупку?

Чи хотілося б Вам поміняти деякі правила гри?



Висновок ведучого:

«Правила гри можна змінити, але життя - це не гра. Не можна повторити вже зроблений вибір чи скасувати прийняте у минулому рішення. Не можна охопити абсолютно все чи скористатися кожною можливістю. Не можна передбачити, які можливості залишаться відкритими для тебе через тиждень або рік. Нам завжди бракуватиме часу, варіантів вибору, грошей, можливостей тощо. Ми платимо за кожен свій вибір у житті - і часто ця плата буде перевищувати наші сподівання. Це була просто гра, але те, як ми витрачаємо свій час та свої ресурси, переконливо демонструє наші істинні цінності».

Вправа «Мої цінності» (10 хв.)



Мета: проаналізувати значущість цінностей у власному житті.



Ведучий роздає кожному учаснику аркуш А-4 і запитує:

- Як ви гадаєте, де або в чому зберігають цінності (сейф, скриня тощо)?
Пропонує кожному намалювати цей предмет на аркуші. Далі треба на малюнку записати власні важливі цінності в різні періоди життя:

| | |
|--|--|
| Мої життєві цінності у період навчання в школі | Мої життєві цінності у період навчання в закладі професійної (професійно-технічної) освіти |
|--|--|



Запитання для обговорення:

- Про що ви думали, коли виконували це завдання?
- Подивіться на зображення своїх цінностей. Чи можете ви сказати, які для вас більш важливі, а які менш? Чому? Що це за цінності?
- Як змінилися ваші цінності за період війни?



Висновок ведучого:

Цінності формуються протягом усього нашого життя – це своєрідний фундамент, на якому ми стоїмо і живемо. Вони відіграють визначальну роль смислів і символів, становлять основу індивідуальних і колективних суджень і вчинків. Вони є сенсом життя. Війна як будь-яка травматична та екстремальна ситуація змінює систему наших цінностей: те, що було вчора важливим, сьогодні не важливо, і навпаки.

Вправа «Верстові стовпи мого майбутнього» (10 хв.)



Мета: впорядкування у свідомості своїх цілей.



Ведучий звертається до учасників:

«У кожного з нас є багато надій і бажань. Деякі з них зможуть, ймовірно, втілитись у життя, іншим же судилося залишитися в царстві думок та уявлень. Визначте, наскільки далеко в майбутнє Ви хочете заглянути. Можливо, Вам цікаво побачити своє життя через рік чи два, а можливо – через десять років?»

Тепер подумайте, чого Ви бажаєте досягти за цей час. Що ви хочете створити? Чому навчитися? Ким стати? Від чого Ви хотіли б відмовитися чи звільнитися?

Уявіть собі, що кожна важлива мета цього життєвого відрізка є верстовим стовпом на шляху життя, яким Ви йдете. І коли Ви сягаєте чергового верстового стовпа, то можете сказати собі: «Це я вже зробив!»

Вибирайте лише такі цілі, які для Вас позитивно забарвлені та гідні того, щоб до них прагнути. Причому їх має бути не більше шести – восьми. Розставте їх у потрібній часовій послідовності і позначте кожен верстовий стовп кількома ключовими словами.

Коли ви це зробите, перечитайте список своїх цілей на майбутнє і напишіть, що ви думаєте про нього, наскільки розумним він видається».



Питання для обговорення:

Які основні цілі життя ви вказали і чому?

Вправа «Бажання та очікування» (10 хв.)



Мета: подивитися на цілі та бажання під різним кутом зору та остаточно визначитися у необхідності досягнення тієї чи іншої мети.



Слово ведучого:

«Пропоную вам заповнити таблицю:

| | | |
|--------------|--------------|---------------------|
| Чого я хочу? | Що це дасть? | Навіщо це потрібно? |
|--------------|--------------|---------------------|

У першу графу («Чого я хочу?») вписується все, що спаде на думку при відповіді на це запитання. Не потрібно намагатися сортувати або оцінювати цілі, що з'явилися - необхідно записувати все в тому порядку, в якому вони прийшли.

На наступному етапі необхідно за кожним із записаних бажань дати чітку відповідь на запитання: «Що це дасть?», тобто описати те, що засуджений отримає внаслідок задоволення кожного зі своїх бажань.

На завершення кожного пункту необхідно відповісти на запитання: «Навіщо це потрібно?». Якщо задовільну відповідь із цього приводу засудженому самому знайти не вдасться, можна просто викреслити відповідне бажання зі списку або допомогти визначитись у тому, навіщо це справді може бути потрібне. У разі прийняття засудженим запропонованого формулювання – залишити, у разі неприйняття – викреслити, щоб згодом серйозно зайнятися тим, що залишилося в списку.

Цілі, що залишилися в списку, бажано перевірити за допомогою техніки «логічний квадрат», для того, щоб з'ясувати, чи дійсно те, чого хоче досягти засуджений, гідно і необхідно, або це щось малозначне і несерйозне. Для цього по кожному з цілей, що залишилися, необхідно відповісти на чотири питання «логічного квадрата»:



«Що трапиться, якщо в мене це буде?»;

"Що трапиться, якщо в мене цього не буде?";

"Що не станеться, якщо в мене це буде?";

«Що не станеться, якщо в мене цього не буде?».

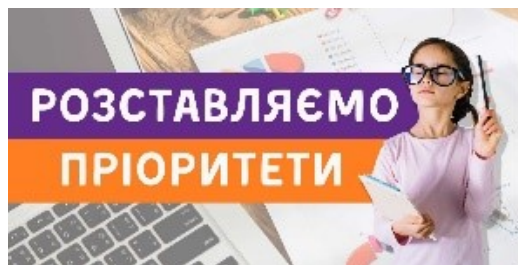
Зазвичай у людини, яка має якесь бажання, у свідомості є лише одне питання: «Що станеться, якщо це станеться?».



Висновок ведучого:

Робота з даною технікою дозволяє подивитися на цілі та бажання під різним кутом зору та остаточно визначитися у необхідності досягнення тієї чи іншої мети.

Вправа «Визначення пріоритетів» (10 хв.)



Мета: надати допомогу у розстановці пріоритетів власних цінностей.



Інструкція ведучого:

«Необхідно припустити, що з якогось несерйозного приводу Ви зайшли до лікаря, але той відправив Вас на обстеження. Отримавши його результати, лікар чомусь похмурішає, а потім пропонує Вам набратися мужності та повідомляє, що жити Вам залишилося лише десять років.

Що саме і конкретно Ви:

- хотіли б...
- мали б зробити, досягти, здійснити та отримати, якби знали, що жити Вам залишилося лише 10 років?

Запишіть усе це:

Хотів би... Мав би...

Тепер уявіть, що Ви повторно приходите до свого лікаря, і він повідомляє Вам, що вийшла помилка і жити Вам залишилося лише п'ять років.

Що саме і конкретно Ви:

- хотіли б...
- мали б зробити, досягти, здійснити та отримати, якби знали, що жити Вам залишилося лише 5 років?

Хотів би... Мав би...

На наступному етапі Вам залишається жити лише три роки. Що саме і конкретно Ви:

- хотіли б...

• мали б зробити, досягти, здійснити та отримати, якби знали, що жити Вам залишилося лише 3 роки?

Хотів би... Мав би...

Тепер визначте та запишіть, що саме і конкретно ви:

• хотіли б...

• мали б зробити, досягти, здійснити та отримати, якби знали, що жити Вам залишилося лише 1 рік:

Хотів би... Мав би...

3 місяці:

Хотів би... Мав би...

1 місяць:

Хотів би... Мав би...

1 тиждень:

Хотів би.. Мав би...

1 день:

Хотів би... Мав би...



Висновок ведучого:

«Описана технологія виходить з уявлення про те, що у людини існує уявлення про найбільш значущі і першочергово важливі цілі у всіх сферах життєдіяльності».

2.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.):

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають усім учасникам оцінювальну форму заняття, розміщену у Додатку 1. Учасники заповнюють оцінювальну форму і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 3. ЖИТТЯ



Ціль заняття: сприяти розумінню учасниками цінності життя.

Завдання:

- сприяти розвитку навичок самоаналізу;
- допомогти учасникам дійти висновку, що життя є найвищою цінністю;
- сприяти розумінню необхідності прогнозування можливих наслідків власних дій;
- навчити визначати оптимальні шляхи досягнення цілей у житті.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|------------|----------------------------|---|------------|
| 3.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучого. Огляд заняття | 5 хв. |
| 3.2 | Знайомство | Вправа «Я майстер...» | 10 хв. |
| 3.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Життя - це», вправа «Чаша», обговорення притч | 65 хв. |
| 3.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

3.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)

Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи, ознайомлює із темою заняття, його ціллю та завданнями, основними поняттями:

«Жан де Лабрюєр сказав: «Життя - це те, що люди більше всього бажують зберегти і менше всього оберігають». Як ви розумієте ці слова?».

3.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Я майстер...» (10 хв.)

Ціль: створити атмосферу доброзичливості, відпрацювати прийоми впевненої поведінки.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Кожен з нас має певні таланти та здібності. В чомусь ми можемо вважати себе майстрами. Вкажіть, в чому Ви майстри, завершіть речення «Я майстер...».

Учасники називають свої таланти та здібності, ведучий робить підсумок, що кожна людина в чому талановита, її завдання – виявити свої здібності та розвивати їх.



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації себе та визначенні своєї винятковості?

3.3. Основна частина (65 хв.)



Мозковий шторм «Життя – це...» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє сенс життя, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Життя – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного сенсу життя?

Аналіз притчі «Чотири дружини» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми не можемо визначити, що для нас головне, а що – ні. Тому пропоную Вам прослухати притчу про головні речі у житті.

Жив собі багатий купець і було в нього чотири дружини. Першу купець любив понад усе, одягав її у пречудові сукні і прикрашав коштовностями. Він піклувався про неї, милував і лелівав. Другу купець також сильно любив. Він невимовно нею гордився і при кожній нагоді старався показувати її друзям. Але завжди боявся, що колись вона піде від нього до когось іншого. Третю дружину він теж любив. Вона була дуже дбайлива і терпляча і щоразу, коли в купця був клопіт, вдавався до неї по допомогу, і вона допомагала йому пережити важкі часи. Четверта часто жертвувала собою заради його гаразд, але він не любив її і ледь приділяв їй увагу, хоча вона палко і віддано любила його.

Одного разу купець зліг у ліжку від важкої недуги і невдовзі зрозумів, що кінець близько. І тоді він озирнувся на прожите життя і подумав: тепер у мене чотири дружини, а в мить смерті буду я цілком один. Ох, як же мені буде самотньо.

І тоді сказав купець улюбленій своїй дружині:

- Я любив тебе над усіх. Одягав тільки в найкраще і лелівав тебе. Тепер, коли я вмираю, чи не зостанешся ти зі мною, щоб я не був самотнім у тогосвітньому житті?

- Ніколи у світі, - відповіла перша дружина і, не сказавши більше ні слова, пішла.

Ця відповідь увігналася купцеві в саме серце як гострий ніж. Засмучений купець звернувся до другої жінки:

- Я так сильно любив тебе все життя, піклувався про тебе, чи підеш ти за мною у годину смерті?

- Ні, - відповіла друга дружина, - життя таке чудове. Скоро ти помреш і я вийду за іншого, не ображайся на мене.

Від цих слів серце купця застогло і похололо.

Опісля купець спитав третю жінку:

- Я завжди вдавався по твою поміч у важку хвилину і ти допомагала мені. Чи допоможеш мені тепер? Чи не покинеш мене?

- Мені дуже шкода, - відповіла вона, - але цього разу я не зможу тобі допомогти. Хіба проведу тебе до могили і поховаю як велить звичай.

Відповідь як блискавиця вразила купця і він зовсім похнюпився. І, раптом у тиші, пролунав голос:

- Я піду за тобою, я піду туди, куди підеш ти. Я ніколи не покину тебе. Купець підніс голову і побачив четверту дружину. Вона була такою худю, такою тендітною, мабуть, від повсякденного недоїдання.

Глибоко засмучений купець сказав:

- Я мав би приділяти тобі більше уваги, коли ще міг. Я не мав рації, пробач мені.



Питання для обговорення:

Яких дружин мав на увазі купець?



Висновок ведучого:

«Ми усі маємо чотирьох «дружин» у житті. Перша – це наше тіло. Хай, як би ми не піклувалися про нього і не догоджали йому, воно покине нас у годину смерті. Друга – це наше майно, стан і достатки. Після смерті це все неодмінно потрапить в інші руки. Третя – сім'я і друзі, хай які близькі були вони нам у житті, та зможуть лише бути поряд у мить смерті і провести нас в останню дорогу. Четверта – це те, чого ми не можемо побачити, це - душа. Ми часто нехтуємо її, женучись за матеріальними благами і мирськими втіхами, але вона, насправді, завжди і всюди залишається з нами, навіть після смерті. Може і справді: варто подбати про неї, поки ще не пізно».

Аналіз притчі «Садівник і падишах» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми не можемо визначити, для чого ми живемо. Тому пропоную Вам прослухати притчу про сенс життя.

Проїжджав одного разу падишах повз саду і побачив за парканом старого, садив персикове дерево.

- Гей, старий, - звернувся падишах до садівника, - твоє життя хилиться до заходу, ти вже не дочекаєшся плодів цього дерева, так до чого ж твої турботи? .. Ну знаю, ти скажеш: «Предки наші працювали для нас, а ми повинні працювати для нащадків». Але відповідай, чи є сенс думати про минуле, яке пішло в темряву, і про майбутнє, яке ще не вийшло з п'тьми? Адже тільки сьогодні належить нам.

- Чи тобі, володарю, зрозуміти садівника! - відповідав старий. - Ти не хочеш згадувати минуле - значить, воно у тебе таке, що краще б його зовсім не було. Ти не хочеш думати про майбутнє - значить, ти його боїшся. Так що не заздрю я твоєму справжньому!»



Питання для обговорення:

Чому садівник поспівчував падишаху?



Висновок ведучого:

«Хоча падишах говорить про те, сьогоднішньому поколінню належить тільки сьогодні, він не розуміє найголовнішого: сьогодні - сполучна ланка між минулим і майбутнім людини. Сад - життя на Землі, захід - час старості, плоди - справи, вчинки людини, тьма - порожнеча, безодня, дерево - людина (древо життя), старий - мудрець, паркан - символ поділу...»

Аналіз притчі «Смак життя» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми не можемо відчутти смак життя. Тому пропоную Вам прослухати притчу про його смак.

Якось Учитель запитав Учня:

- Чи відчуваєш ти смак повітря?

Він прийнявся до лісового повітря і назвав кілька запахів.

- Так, нюх у тебе непоганий. Але як щодо смаку?

Учень по-собачому висунув кілька разів язика, але здивувався.

- Добре, Вчитель усміхнувся і, підскачавши ззаду, схопив його і затиснув рота і носа.

Учень зрозумів, що опір марний, але за хвилину інстинкт самозбереження змусив його тремтіти кінцівками і звиватися. Тоді Учитель відпустив його і Учень вдихнув на повні груди Життя.

- Смак життя, - сказав він, трохи віддихавшись.

- Правильно. Цей смак ти маєш відчувати завжди. Цей смак є також у воді, в їжі та багато в чому іншому. Не їж те, у чому немає головного смаку. Не говори з тим, хто душевно мертвий. Пий із Чаші життя із задоволенням, але не поспішай, адже можна спустошити його раніше часу, а можна й зовсім розплескати...



Питання для обговорення:

Як Вчитель примусив учня відчутти смак життя?



Висновок ведучого:

Вчитель пояснює учню, що смак життя не можна відчутти за допомогою органів чуття, його можна відчутти лише душею.

Аналіз притчі «Що найголовніше?» (5 хв.)



Слово ведучого: «Часто ми не можемо визначитися, що для нас найголовніше у житті. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Жив собі цар, і все життя не давали йому спокою три питання:

- яка найголовніша пора?
- хто найголовніша людина?
- яка найголовніша справа?

Думав цар: «Якщо знатиму відповіді на ці питання, весь світ підкорю, здійснию все, що забажаю, і стане народ шанувати мене, як великого мудреця».

Без ліку людей приходило перед царя, цілий сонм вчених мужів, але на ці питання так ніхто й не відповів. Дійшли одного разу до царя чутки, що живе далеко пустельник один і що славиться він мудрістю. Велів цар осідлати йому коня і поїхав сам розшукувати пустельника. Їде він лісовими хащами і бачить: стоїть хижка, а біля неї хирлявий старий землю сапує. Мало з ніг від втоми не падає, але мотики не випускає. Зіскочив цар на землю, підійшов, поклонився старцеві.

- Приїхав я до тебе, щоб дістати відповідь на три своїх запитання: Яка найголовніша пора? Хто найголовніша людина? Яка найголовніша справа?

Вислухав його пустельник, але нічого не відповівши, продовжував обробляти землю.

- Ти, мабуть, втомився, дозволь допомогти тобі, - запропонував цар.

Узяв він у пустельника лопату і взявся до роботи. Потім знову своїх три питання повторив. І цього разу не відповів пустельник, а сказав лише мотику повернути. Але цар слухати його не хоче, мотики не віддає, сам вирішив справу закінчити.

Раптом бачить цар: іде назустріч чоловік, все лице поранене, залите кров'ю. Зупинив його володар, потішив добрим словом, пішов до струмка, приніс води, омив рани, перев'язав. Попросив поранений пити - цар його напоїв. Потім повів до хижки, поклав спати. Та й сам почав готуватися до сну - уже повечоріло. Зрання знов до пустельника пішов. Дивиться - а той зерно садить у ґрунт, що вчора спушений був.

- Мудрий пустельнику, - почав благодати цар, - невже ж не відповіси на мої питання?

- Вистачить з тебе, - мовив той, - ти вже сам на них відповів.

- Не чув я жодних відповідей, - здивувався цар.

- Ти, побачивши мою старість і неміч, змилосердився наді мною і взявся допомагати. Якби не залишився тут, то вбили би тебе розбійники на дорозі, ті, що подорожньому скалічили лице.

Цар з подиву слова вимовити не може, а пустельник далі мову провадить:

- Найважливіша пора - коли ти допомагав мені. Найголовніша в ту пору людина - я, а твоя допомога - найважливіша справа. Прийшов поранений - і найголовнішим став він, а найголовнішою справою стала твоя допомога йому.

Мало-помалу зрозумів цар смисл слів пустельника.

- Пам'ятай, отже, - мовив пустельник на прощання, - найголовніша пора - сьогодні, найголовніша людина - яка поряд у ту пору. А найголовніша справа - чинити добро тому, хто поряд, тому що саме для цього ми й народжуємося.

Сів цар на коня і поїхав до палацу. Довіку пам'ятав він вчення пустельника, і слава про великодушність та справедливість того царя поширилася по всьому світі».



Питання для обговорення:

Яка найголовніша пора для вас?

Яка найголовніша людина для вас?

Яка найголовніша справа для вас?



Висновок ведучого:

Для нас найголовніша пора – теперішнє, людина – близька, справа - добро.

Аналіз притчі «Плавці» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми не можемо визначитися, як нам бути у житті: пливати за течією чи проти неї. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Якось троє друзів купалися в ріці над водоспадом. Перепливаючи через річку, вони помітили, що їх несе вода. Течія була слабка, але що ближчим був водоспад, то швидшою ставала течія. Занепокоївшись, двоє приятелів повернулися на берег і почали кликати третього.

А він тільки сміявся у відповідь і кричав:

- Мені пливати так легко!

Друзі хвилювалися за нього і кричали:

- Тримайся ближче берега, течія понесе тебе!

Але той відповідав:

- Навпаки, мені плисти легше й вільніше! Я майже не докладаю зусиль!

Та за хвилину він раптом відчув, що течія зі страхітливою швидкістю несе його до водоспаду, але було надто пізно. Крикнув востаннє - й опинився у прірві!»



Питання для обговорення:

Чому інколи доводиться плисти проти течії?



Висновок ведучого:

«Легко й зручно плисти в житті за течією. Та необачного може спіткати лихо».

Аналіз притчі «Дві свічки» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми не можемо визначитися, як нам бути у житті: жити спокійним розміреним життям чи «палати яскравим полум'ям». Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

- Шкода мені тебе... - сказала незасвічена свічка своїй запаленій подрузі. - Короткий твій вік. Ти весь час гориш, і незабаром тебе не стане. Я набагато щасливіша за тебе. Я не горю, і, отже, не тану; лежу спокійно на боці і проживу дуже довго. Твої ж дні полічені.

Відповідала палаюча свічка:

- Я анітрохи не шкодую про це. Моє життя прекрасне й сповнене значення. Я горю, і віск мій тане, але від мого вогню запалюється безліч інших свічок, і мій вогонь від цього не убуває. Я світлом розганяю морок ночі; радую очі дитини на святі; оздоровляю повітря біля ліжка хворого, бо збудники хвороб не виносять живого вогню; або підношуся символом молитовного устремління людини. Хіба коротке життя моє не прекрасне?

І мені шкода тебе, незасвічена моя сестро. Жалюгідна твоя доля. Ти не виконала свого призначення; і що з твоєю душею - вогнем? Так, ти пролежиш в цілості довгі роки, але кому ти потрібна така, і яка радість і користь від тебе? Право, краще горіти, ніж спочивати, тому що в горінні - життя, а у сплячці - смерть. І ти жалієш мене, що я скоро згорю і перестану жити, але ти в твоїй бездіяльності й не починала жити, і так і помреш, не почавши. А життя пройде повз».



Питання для обговорення:

З якою зі свічок ви погоджуєтеся? Чому?



Висновок ведучого:

«Життя людини – не просто існування, а виконання певної важливої місії. У когось це родина, у когось – професія або громадська діяльність. Якщо людина займається значущою діяльністю, вона не підвладна негативним психічним станам».

Аналіз притчі «Пташка» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Буває, що ми потрапляємо в негативні ситуації, пов'язані зі втратами, коли нам доводиться кидати рідні місця і вирушати до нових. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одна пташка знайшла собі надійне укриття в розлогих гілках сухого дерева. Вона звилася гніздо і стала жила тут. Але стовбур стояв в центрі спекотної пустелі, де не було нічого живого. Одного разу туди несподівано налетів буйний смерч і з коренем вирвав висохле дерево з піску. Пташці нічого іншого не залишалося, як летіти на пошуки нового постійного притулку.

Вона дуже довго нишпорила по далеких околицях, але одного разу їй на очі потрапив чудовий сад. В середині його розташовувалося велике озеро з прозорою водою, а з усіх боків росли численні тінисті кущі, посипані смачними і соковитими ягодами. Пташка просто не повірила своєму щастю. Але, ґрунтовно подумавши, вона раптом зрозуміла, що якби не раптово налетів ураган, згубила її колишнє гніздо, вона б ніколи в житті не знайшла таке благополуччя. Не знявшись з насидженого місця, його не досягти».



Питання для обговорення:

Чи згодні ви з тим, що для того, щоб набути нове, треба залишити старе?



Висновок ведучого:

«Буває, коли ми щось втрачаємо і вважаємо, що нам не пощастило, і втрачаємо надію. Але буває так, що втрата допомагає нам по-новому подивитися на ситуацію, і знайти нові можливості для розвитку».

Аналіз притчі «Кава» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Буває, що ми красивим змістом не бачимо справжню сутність людини чи явища. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одного разу випускники престижного коледжу зайшли в гості до свого мудрого професору, колись багато чому їх навчили. Поступово розмова зайшла про життєві труднощі, і тоді викладач запропонував хлопцям кави. Після згоди чоловік пішов, а незабаром повернувся з кавником і заставленим різноманітними чашками підносом. Одні були красивими і дорогими, зробленими з кришталю або фарфору, інші - прості і непоказні, пластмасові, дешеві.

Подивіться, що ви вибрали, - почав професор, коли кожен з його учнів взяв по чашці. - Ви все взяли лише найкрасивіші і привабливі чашки, залишивши дешеві на підносі. Це і є джерело ваших бід - ви прагнете отримати все найкраще для себе. Але головне не те що зовні, а що всередині. Від краси чашки не залежить смак кави, а саме він є вашою головною метою. Задумайтесь: кава - це наше життя, а гроші, суспільство, робота - це всього лише чашки. Ми прагнемо до найкрасивішою чашці, забуваючи наповнювати її змістом. Але ж вона служить лише засобом, що допомагає підтримати життя. Головне - кава і її смак».



Питання для обговорення:

Чи згодні ви з тим, що головне – це не форма, а зміст?



Висновок ведучого:

«Буває, що ми складаємо враження про людину чи явище за зовнішнім її виглядом, не звертаючи особливої уваги на внутрішній зміст, який і визначає поведінку людини».

3.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)

Вправа «Чаша» (5 хв.).



Мета: завершити роботу на емоційному піднесенні.



Слово ведучого:

«Візьміться за руки. Уявіть, що в центрі у нас велика чаша. Наліть туди повне серце любові, всипте дві пригорщі щедрості, хлюпніть туди ж гумору, посипте добром, додайте якомога більше віри, все це добре перемішайте, намажте на шматок відпущеного вам життя і пропонуйте всім, кого зустрінете на своєму шляху.

Життя – це можливість, скористайся нею.

Життя – це краса, милуйся нею.

Життя – це мрія, здійсни її.

Життя – це виклик, прийми його.

Життя – повинність твоя насущна, виконай її.

Життя – це гра, стань гравцем.

Життя – це багатство, не розтрать його.

Життя – це кохання, насолоджуйся ним сповна.

Життя – це таємниця, пізнай її.

Життя – це король лиха, побори все.

Життя – це пісня, доспівай її до кінця.

Життя – це боротьба, стань борцем.

Життя – це фортуна, шукай цю мить».



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучий роздає кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 4. ЩАСТЯ



Ціль заняття: сприяти розумінню учасниками власного поняття про щастя, яке є головною метою людини.



Завдання:

- допомогти учасникам усвідомити власне щастя;
- звернути увагу учасників на те, що кожен розуміє щастя по-своєму;
- навчитися визначати шляхи досягнення щастя.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|--------|
| 4.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 4.2 | Знайомство | Вправа «Я впевнений» | 10 хв. |
| 4.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Щастя - це»; аналіз притч | 65 хв. |
| 4.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

4.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників з темою заняття, ціллю та основними поняттями.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи. Далі ознайомлюють із темою заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментують план проведення.

Ведучий звертається до учасників:

«Всі ми мріємо про щастя. Для кожного воно своє. Про нього ми і будемо сьогодні говорити».

4.2. Знайомство (5 хв.)



Вправа «Я впевнений» (5 хв.)



Ціль: продовжити знайомство учасників, створити атмосферу доброзичливості.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Зараз кожен із нас по черзі буде представлятися (називати своє ім'я) та говорити одне твердження, в якому ви впевнені на 100 %. Наприклад: Мене звали Іван, і я впевнений, що земля кругла/завтра піде дощ/що я пишу лівою рукою».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- На основі чого ви вибирали твердження, яке, на вашу думку, має 100 % достовірності?

4.3. Основна частина (65 хв.)



Мозковий штурм «Щастя – це...» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє щастя, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Щастя – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?

- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного розуміння щастя?

Аналіз притчі «Шматочок глини» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кажуть, що кожна людина є творцем власного щастя. Тому пропоную Вам прослухати притчу про щастя.

Бог зліпив людину з глини, і в нього залишився невикористаний шматочок. «Що ще зліпити тобі?» – запитав Бог. «Зліпи мені щастя», – попросила людина. Нічого не відповів Бог, тільки поклав людині в долонь той самий шматочок глини, що залишився».



Питання для обговорення:

Як ви думаєте, що цим хотів сказати Бог?

А як цю притчу можна застосувати до вас?



Висновок ведучого:

«Щастя залежить в першу чергу від нас самих. Людина може не мати багатьох речей, але бути щасливою, і навпаки: мати багато чого, але не мати щастя».

Аналіз притчі «Кіт і кошеня» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Деякі люди ідуть шукати щастя далеко. Тому пропоную Вам прослухати притчу про кошеня, яке шукало щастя.

Старий мудрий кіт лежав на травичці і грівся на сонечку. Раптом повз нього промайнуло маленьке спритне кошеня. Воно жваво підскочило і почало бігати кругами.

- Що ти робиш? - ліниво поцікавився кіт.

- Я намагаюся зловити свій хвіст! - захекавшись відповіло кошеня.

- Але навіщо? - засміявся кіт.

- Мені сказали, що хвіст - моє щастя. Якщо я зловлю свій хвіст, то зловлю і своє щастя. Ось я і бігаю вже третій день за своїм хвостом. Але він весь час вислизає від мене.

- Так, - посміхнувся старий мудрий кіт, - колись я, також як і ти, бігав за своїм щастям, але воно весь час вислизало від мене. Я залишив цю затію. Через певний час я зрозумів, що немає сенсу ганятися за щастям. Воно завжди слідує за мною по п'ятах. Де б я не був, моє щастя завжди зі мною, потрібно всього лише пам'ятати про це».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомити, що щастя не треба шукати далеко, вона завжди з нами, треба лише його відчувати».

Аналіз притчі «Дві краплини олії» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Під час пошуку щастя важливо усвідомлювати цінність власних переживань, але при цьому звертати увагу на дива, які є поруч з вами. Тому пропоную Вам прослухати притчу про пошук щастя.

Один купець відправив свого сина до головного мудреця за секретом щастя. Сорок днів юнак йшов пустелею, поки не побачив на вершині гори чудовий замок. Там і жив Мудрець, якого він розшукував. Проти очікувань, замок зовсім не був схожий на відокремлене помешкання праведника, а був наповнений люди: снували, пропонуючи свій товар торговці, по кутах розмовляли гості, маленький оркестр виводив ніжну мелодію, а посеред залу був накритий стіл, заставлений найрозкішнішими і найвишуканішими стравами, які тільки можна було знайти в цьому краю.

Мудрець не поспішаючи обходив гостей, і юнакові довелося дві години чекати своєї черги. Нарешті Мудрець вислухав, навіщо той прийшов до нього, але сказав, що зараз у нього немає часу пояснювати секрет щастя. Нехай-но юнак побродить по замку і повернеться в цей зал через дві години.

– І ось ще яке у мене до тебе прохання, – сказав він, простягаючи юнакові чайну ложку з двома краплями олії. – Візьми з собою цю ложечку і дивись, не розлий.

Юнак, не зводячи очей з ложечки, став підніматися і спускатися сходами палацу, а через дві години знову постав перед Мудрецем.

– Ну, – мовив той, – чи сподобалися тобі перські килими в їдальні? Дерева і квіти в саду, який майстри вирощували цілих десять років? Старовинні фоліанти і пергаменти в моїй бібліотеці?

Присоромлений юнак зізнався, що нічого цього не бачив, бо вся увага його була прикута до тих крапель олії, які довірив йому господар.

– Іди назад і оглянь усю красу моєї домівки, – сказав тоді Мудрець. – Не можна довіряти людині, поки не дізнаєшся, де і як вона живе.

З ложечкою в руці юнак знову рушив по залах і коридорах. На цей раз він був не так скутий і розглядав красоти і дива, всі твори мистецтва, що прикрашали кімнати. Він оглянув сади, які оточували замок гори, оцінив красу квітів і майстерне розташування картин і статуй. Повернувшись до мудреця, він докладно перерахував все, що бачив.

– А де ті дві краплі олії, які я просив донести і не пролити? – запитав Мудрець.

І тут юнак побачив, що краплі проліті.

– Ось це і є єдина порада, яку я можу тобі дати, – сказав йому наймудріший з мудрих. – Секрет щастя в тому, щоб бачити все, який дивовижний і чарівний світ, і ніколи при цьому не забувати про дві краплі олії у чайній ложці».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомити цінність переживань та пошуку «своїх двох крапель олії», які варто пильнувати, вмючи при цьому побачити усі дива світу – у цьому і полягає щастя».

Аналіз притчі «Три приятелі» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Для кожного щастя – щось своє: для одного це гроші, для іншого – влада – для іншого - родина. Тому пропоную Вам прослухати притчу про трьох приятелів, які шукали щастя.

Три приятелі мріяли про щастя, кожен про своє. Але вони уявляли його по-різному. Перший думав, що щастя - це багатство, другому щастям видався талант, третій вважав, що щастя - це сім'я.

Минув час. Перед смертною годиною зібралися друзі, щоб підсумувати своє життя. Перший приятель зізнався, що здобув багатство, але щастя не відчув. І помирає скнарою і людиноненависником. Інший друг розповів, що знайшов свій талант, але щастя до нього не прийшло, і він іде з життя, змучений самотністю. І тільки третій приятель сказав, що зміг здобути щастя, бо іде з життя, оточений коханими людьми, залишаючи на землі найцінніше – дітей».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомити цінність родини, яка здатна дати людині те, що вона шукає - щастя».

Аналіз притчі «Гроші і щастя» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Багато людей стверджують, що щастя в грошах. Тому пропоную Вам прослухати притчу про юнака, який звернувся до мудреця за порадою.

Один юнак прийшов до Вчителя і запитав його:

- Потрібно вірити тому, що щастя полягає зовсім не в багатстві?

Мудрець погодився з цим твердженням. Він сказав молодій людині:

- Докази цього ми бачимо на кожному кроці. За дзвінкі монети купується м'яке ліжко, але заснути в ній за них не можна. Продається смачна їжа, але апетит до неї не додається. Кожен здатний купити собі прислугу, але друзі не продаються. За гроші можна порозумітися з жінкою, але її любов не купується. Багата людина дозволяє собі розкішне житло, але затишок в ньому не оцінюється великими купюрами. Люди платять за розваги, але невідомо, чи отримують вони за велику суму радість. Батьки платять вчителям, але знання і розум їх дітей не оцінюються достатком. І я перерахував далеко не повний перелік того, що не придбати ні за які скарби світу».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомити відносну цінність грошей, які здатні покращити життя людини, але не дати їй щастя».

Аналіз притчі «В чому полягає щастя» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Багато людей стверджують, що щастя в грошах або в коханні. Тому пропоную Вам прослухати притчу про трьох мандрівників, які шукали щастя.

Одного разу три втомлених подорожнього йшли по дорозі. Вони розмовляли між собою, а в перервах співали пісні. Кожен з них скаржився на свою тяжку долю.

Раптом вони почули жалібні крики про допомогу. На їх шляху була велика яма, і вони побачили, що в неї звалилося щастя. Воно благав їх врятувати його і обіцяло виконання будь-яких бажань.

Перша людина поважно сказав:

- Я прошу в тебе багатство, так щоб воно до кінця життя у мене ніколи не переводилося.

Його побажання було миттєво виконано. Він взяв скарби і пішов.

Друга людина також висловив своє побажання:

- Я хочу найкрасивішу жінку на всьому білому світі.

Тут же, звідки не візьмись, з'явилася сліпуча красуня, взяла його під руку і вони швидко зникли з очей.

- А чого хочеш ти? - сумно запитало щастя у третю людину.

- А ти? - перепитав він його.

- Найбільше я мрію вилізти зі страшної ями, - зі сльозами відповіло щастя.

Той озирнувся по сторонах, знайшов довгу жердину і простягнув його. А сам повернувся і пішов, не висловивши жодного бажання. Щастя ж швидко вискочило з ями і кинулося за ним слідом, та так вже і не відстало ніколи в житті».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомити справжню цінність милосердя та допомоги людям, які можуть зробити людину щасливою».

Аналіз притчі «Заради щастя дітей» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Багато людей стверджують, що треба жити не заради власного щастя, а заради щастя своїх дітей. Тому пропоную Вам прослухати притчу про людину, які жила заради дітей.

Одного разу йшов по дорозі старий мудрий чоловік, розглядав природу і милувався весняними яскравими фарбами. Тут він побачив чоловіка, який ніс на плечах неймовірно великий тягар. Було помітно, як у нього від такої важкості підкошуються ноги.

– Чому ти прирікаєш себе на такий тяжкий труд і страждання? – Запитав старець.

– Я страждаю для того, щоб мої онуки і діти були щасливими, – відповів бідолаха. – Мій прадід прирікав себе на тяжку працю заради діда, дід – заради батька, батько – заради мене, а я буду страждати заради щастя моїх дітей.

– А хтось у вашій родині був щасливим? – Поцікавився мудрий співрозмовник.

– Поки ще ні, але діти й онуки точно стануть щасливими! – Мрійливо промовив чоловік.

– На жаль, неписьменний не може навчити читати, а крім ніколи не виховає орла! – Зітхнув старий мудрий чоловік. – Спершу потрібно навчитися самому бути щасливим, тільки тоді ти зможеш навчити щастю дітей. Це і буде твій найцінніший подарунок».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас усвідомленню необхідності навчитися самому бути щасливим, тільки тоді ця людина зможе навчити щастю власних дітей».

4.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.):

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучим.

Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 5. СІМ'Я



Ціль заняття: сформувати розуміння учасниками сім'ї як однієї з головних цінностей.



Завдання:

- продемонструвати помилковість одностороннього бачення сім'ї;
- сформувати розуміння й усвідомлення сім'ї як базової цінності;
- ознайомити із системою функцій сім'ї.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|--------|
| 5.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 5.2 | Знайомство | Вправа «Вкажи на партнера» | 10 хв. |
| 5.4 | Основна частина | Мозковий штурм «Сім'я - це»; аналіз притч | 65 хв. |
| 5.5 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

5.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників з темою заняття, ціллю та основними поняттями.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Однією з найважливіших цінностей для будь-якої людини є сім'я. У когось вона невеличка, у когось – чисельна. Про цінність сім'ї ми і будемо говорити на цьому занятті».

5.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Вкажи на партнера» (10 хв.)

Ціль: створити атмосферу доброзичливості, досягнути емоційної розрядки.

Хід проведення:



Учасники стоять у колі. За командою ведучого вони вказують рукою у бік будь-якого учасника. Якщо двоє учасників влучили один в одного, то пара залишає коло. Вправа триває доти, доки не залишиться остання пара. Головна умова – розмовляти або домовлятися не можна.

5.3. Основна частина (65 хв)



Мозковий штурм «Сім'я – це...» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє поняття «сім'я», тому пропоную кожному з вас завершити речення «Сім'я – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власної родини?

Аналіз притчі «Ознака сімейного щастя» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто важко визначити, чи щаслива родина, чи ні. Тому пропоную Вам прослухати притчу ознаки сімейного щастя.

Десь далеко на небесах Старий Ангел навчав молодих ангелів - хранителів сімейного вогнища нелегкій науці нести любов в сім'ї.

- Вам легко буде з людьми, які щасливі у шлюбі. Вам тільки іноді доведеться коригувати деякі їхні бажання. Це допустимо зі щасливими сім'ями. Але буде набагато важче з людьми, які вважають себе нещасними. Я ось що хочу сказати. Вони насправді можуть і не бути нещасними, але так добре і довго себе в цьому переконують, що нам не залишається іншого виходу ... ми їм це виконуємо.

- А можна питання? - підняв руку найменший з ангелів. - А як я зрозумію, хто щасливий, а хто нещасливий.

- Не хвилюйся, розберешся. У ваших підручниках є опис трьох найпоширеніших варіантів, - заспокоїв Старий Ангел.

Він підійшов до столу і відкрив лежить на столі книгу.

- Дивіться, - він погортав і, знайшовши потрібну сторінку, процитував: «Зверніть увагу на те, як вони, тобто чоловік з дружиною, розмовляють один з одним. Якщо вони розмовляють голосно, навіть іноді кричать, це означає, що вони незадоволені один одним. Серця їх настільки віддалені один від одного, що не чують голосу серця. Тому вони і підвищують голос, щоб докричатися до іншого.

Другий варіант: розмовляють тихо. Значить, тут панують ніжні почуття. Серця настільки близько, що почують навіть шепіт один одного.

І третій варіант: коли двоє просто іноді перешіптуються між собою. А більше просто дивляться в очі один одному і все без слів розуміють. Це означає, що їх серця стали одним цілим. У таких людей і почуття одні на двох, і любов одна на двох».

- Якщо добре придивитися, то і аури у них, виходить, майже злилися в одну. Так ось, ваше завдання будь-якою ціною відводити людей від гучних розмов. Особливо, якщо є почуття. Вам потрібно допомогти зберегти їм ці почуття. А то ці сердиті розмови відводять людей один від одного так далеко, що іноді так трапляється, що повернення назад немає. Пройдено точку неповернення, розумієте?

Молоді ангели заворожено стежили за вчителем.

- І ви це зможете. Адже не дарма вам присвоєно звання ангела - хранителя сімейного вогнища.

Старий Ангел підняв очі на своїх учнів і посміхнувся:

- Ну що? В дорогу. Допоможіть людям навчитися розмовляти очима».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися взаєморозумінню в родині, а для цього не потрібно сварок та криків».

Аналіз притчі «Планета Щаслива Родина» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Як створити щасливу родину? Пропоную Вам прослухати притчу про це.

Жили були люди на планеті Чоловіків, планеті Жінок, планеті поменше з назвою «Сім'я» і на зовсім крихітною планеті з назвою «Щаслива сім'я». Так уже повелося, що час від часу люди з планет Чоловіків та Жінок зустрічалися на зоряному мосту, закохувалися одне в одного і селилися на планеті «Сім'я». На планету ж з назвою «Щаслива сім'я» переїжджали тільки ті, кому вдавалося протягом хоча б кількох років зберегти Любов. Таких було катастрофічно мало ...

І тоді мудреці планети «Щаслива сім'я» стали міркувати, як зробити так, щоб жителів на їх планеті ставало більше. Ось прилетіли вони на планету Жінок і запитали їх: «Яких чоловіків ви любите, про яких чоловіків мрієте?». Різні відповідали жінки, але майже всі говорили: «Про сильного духом і тілом, дбайливому і котра розуміє, про доброго, ніжному і люблячому, про цілеспрямований, розумному, розкутий і гармонійному, про те, який зможе повести і повести за собою в подорож з назвою «Життя». Були серед жінок і ті, хто зневірився чекати зустрічі з таким чоловіком, мріючи хоча б про щось одному з названого. Були й такі, які все ще сподівалися зустріти саме такого.

Вирушили тоді мудреці планети «Щаслива сім'я» на планету Чоловіків та запитали їх: «Яких жінок ви любите, про які мрієте?» Різні відповідали чоловіки, але майже всі говорили: «Про красиву, ніжною і люблячою, про пристрасної коханки і хорошою господині будинку, про що розуміє і мудрою, про ту, яка готова йти за чоловіком хоч на край світу». Були серед чоловіків такі, хто зневірився чекати зустрічі з такою жінкою, мріючи хоча б про щось одному з названого. Були й ті, хто все ще сподівався зустріти саме таку.

Вирішили тоді мудреці дізнатися, що відбувається на Зоряному мосту. Там бродили в пошуках своєї майбутньої коханої чи коханого Чоловіки і Жінки. Ті, у кого очікувань і вимог було трохи або, хто дуже хотів жити на планеті «Сім'я» знаходили один одного швидко, вони бралися за руки і відправлялися разом жити на новій планеті. Ті ж, хто мріяв зустріти свій ідеал, бродили по мосту часом довше інших, кому-то в кінці-кінців вдавалося зустрітися, і вони були дуже щасливі від того, що зустрілися, а хтось продовжував шукати все життя.

Прилетіли тоді мудреці на планету «Сім'я» і стали дивитися як там живуть Чоловіки і Жінки. А жили вони по-різному. Багато з них були розчаровані своїм вибором, так як і люди з часом змінювалися з їх очікуваннями і цінностями, і просто багато хто не вмів або не хотів розуміти один одного, допомагати один одному розкривати кращі якості. Деякі так і продовжували жити разом, розчарувавшись одне в одному, серед них часто були такі, хто заводив коханців і коханок. Деякі розлучалися, так і не навчившись жити разом. Серед них часто були і ті, хто зустрів на зоряному мосту свій ідеал і прилетів на планету «Сім'я» з почуттям великої взаємної Любові. Серед цілком добропорядних громадян планети «Сім'я», але так і не отримали право перебраться на планету «Щаслива сім'я», були так звані «міцні сім'ї». У них Чоловіки і Жінки жили без любові, вони були просто прив'язані один до одного, були віддані один одному, але все ж не щасливі. Були серед добропорядних громадян і ті, хто любив повторювати приказку «любов зла ...». Вони не були щасливі, часто сварилися, але все ж залишалися вірними своєму почуттю.

Повернулися тоді мудреці на рідну планету «Щаслива сім'я» і стали питати її жителів: «Як вам вдається жити в любові і щастя?». Одні відповідали, що вони з самого початку були один для одного саме такими, про які мріяли, а потім, звичайно, потрібно багато розуміння і кроків на зустріч один одному, але вони з цим впоралися. Інші говорили, що з початку вони не були такою вже ідеальною парою, але завдяки щедрій і багатій на Любов душі, а також прагненню кожного з них стати Чоловіком або Жінкою мрії його партнера, їм вдалося заслужити право жити на планеті «Щаслива сім'я».

Подумали тоді мудреці: «Ось вже дійсно, всі пари нещасливі по різному, а щасливі однаково». І постановили мудреці: всім чоловікам вчитися бути сильними духом і тілом, турботливими і розуміючими, добрими, ніжними і

люблячими, цілеспрямованими, розумними, розкутими і гармонійними, такими, хто зможе повести і повести за собою жінку в подорож з назвою «Життя». Всім жінкам вчитися бути красивими, ніжними й люблячими, пристрасними коханками і хорошими господинями будинку, які розуміють і мудрими, такими, хто готова йти за чоловіком хоч на край світу. А всім разом вчитися розуміти один одного і допомагати один одному стати Чоловіком і Жінкою їх мрії, і обов'язково рости в собі щедрою і багату на Любов душу. І пам'ятати, що для життя на планеті «Щаслива сім'я» недостатньо, щоб Любов одного разу народила Сім'ю, головне - щоб в Родині знову і знову народжувалася Любов...»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися взаєморозумінню та взаємодопомозі в родині, де любов не зникає».

Аналіз притчі «Довге сімейне життя» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Як не просто створити щасливу родину, а прожити усе життя разом? Пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одну літню пару, які відзначали свою 50-ту річницю весілля, запитали, як їм вдалося прожити так довго разом. Адже було все - і важкі часи, і сварки, і нерозуміння. Напевно їх шлюб не раз був на межі розпаду.

"Просто в наш час зламані речі лагодили, а не викидали", - посміхнувся у відповідь старий».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися конструктивно вирішувати конфлікти в родині».

Аналіз притчі «50 років ввічливості» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Як не просто створити щасливу родину, а прожити усе життя разом? Пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

Одна літня подружня пара святкувала золоте весілля. За загальним сніданком дружина подумала:

- Ось уже 50 років, як я, намагаючись догодити своєму чоловікові, завжди віддавала йому окраєць з хрусткою скоринкою, залишаючи собі м'якуш. А сьогодні я хочу, щоб ця корочка дістався мені.

Вона намазала собі маслом верхню половину хліба, а м'якуш віддала чоловікові. Всупереч її очікуванням, він дуже зрадив, поцілував їй руку і сказав:

Моя дорога, ти доставила мені сьогодні велику радість! Ось уже понад п'ятдесят років я не їм нижню половину хліба, ту, яку я найбільше люблю. Я завжди думав, що вона повинна діставатися тобі бо ти її так любиш».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися взаємним поступкам, які суттєво покращують сімейне життя».

Аналіз притчі «Ложки» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Який секрет сімейного щастя? Пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

Один чоловік з дитинства був нещасливий у своїй родині. Його батьки, брати і сестри постійно лаялися, а вдома влаштовувалися сварки. У сімейних проблемах члени сім'ї звинувачували один одного, і так тривало з покоління в покоління.

Зростаючи в такій атмосфері, цей чоловік пообіцяв собі, що ніколи не повторить нічого подібного у свої власній сім'ї. З часом він знайшов собі дівчину і одружився з нею, сподіваючись на щасливу долю. Протягом першого року вони жили добре, але потім все змінилося і почалися ті ж проблеми: взаємні звинувачення, образи, постійні сварки... Молодятам здавалося, що життя не склалося, коли раптом вони почули про мудреця, який жив у далекому селі. Про нього розповідали, що він примирював навіть найбільш нещасних в сімейному житті людей.

Чоловік вирішив скористатися шансом, тому взяв свою молоду дружину і вони пішли шукати мудрого дідуся. Дорога була важкою, обидва вони втомилися і до вечора вже були знов посвареними. Але старенький дідусь, побачивши гостей, тільки тихенько посміхнувся і мовчки повів їх всередину хати.

Спочатку молодята потрапили у дивну кімнату, де за великим столом зі смачними наїдками посередині сиділи худі, злі та виснажені люди. Кожний з них тримав ложку з дуже довгою ручкою, але дотягнутися нею до власного рота не міг. Це було страшне видовище: люди мучилися від голоду за столом, повним смачної їжі!

Після цього мудрець відвів молодят вже у другу кімнату: в ній стояв такий же стіл з їжею посередині, а за ним частувалися веселі люди. В їхніх руках були такі самі ложки з довгими ручками, але вони годували ними один одного і ніхто не був голодним!

Старенький дідусь нічого не сказав молодятам, але вони зрозуміли все без слів. Додому поверталися в задумі, обіймаючи та підтримуючи один одного. Після того пара прожила разом ще багато щасливих років і ніколи не приховувала: головне – вчасно зрозуміти, в чому полягає справжній сенс сім'ї...»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися думати насамперед не про власне задоволення, а про допомогу членам родини».

Аналіз притчі «Чудодійна водиця» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Який секрет сімейного щастя? Пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

Приходить жінка до старця і каже:

- Ми з чоловіком сваримося без упину і хочемо розлучитися.

Та на це відповів їй старець:

- Ось тобі чудодійна водиця.

- А що з нею робити? - питає жінка.

- Коли закортить тобі посваритися, набери повен рот цієї води. А як бажання сваритися зникне, воду виплюнь.

За місяць жінка знову приходить до нього і каже:

- Ой, батечку, справді чудодійна та водиця! Як допомагає! Дайте мені ще!»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися відмовитися від сварки як методу вирішення сімейних конфліктів».

Аналіз притчі «Любов, терпіння, прощення» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Який секрет сімейного щастя? Пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

В одному селі жила велика сім'я. У ній панувала особлива атмосфера миру, злагоди і взаєморозуміння. Ніколи тут не сварилися, ні лаялися. Цей слух дійшов до імператора країни. Вирішив він перевірити, чи так це насправді. Приїхав владика в село, знайшов главу сім'ї і запитав про те, як йому вдається зберігати гармонію між близькими людьми. Старий узяв аркуш паперу, довго на нього писав, а потім вручив його правителю. На папері було написано 3 слова: "Любов", "Терпіння" і "Прощення". "І це все?" - здивувався правитель. На що старий відповів: «Так! Це основа не тільки хорошої сім'ї, але і світу в цілому ... »



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися не тільки любити, але й терпіти та прощати членів родини, і тоді в ній запанує мир».

Аналіз притчі «Секрет сімейного щастя» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Який секрет сімейного щастя? Пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

В одному маленькому місті живуть по сусідству дві сім'ї. Одні подружжя постійно сваряться, звинувачуючи один одного у всіх бідах і з'ясовуючи, хто з них прав. А інші дружно живуть, ні сварок у них, ні скандалів.

Дивується норовиста господиня щастя сусідки і, звичайно, заздрить. Каже чоловікові:

- Піди, підглянути, як у них так виходить, щоб все гладко і тихо.

Прийшов той до сусідського будинку, причаївся під відкритим вікном і прислухається.

А господиня якраз порядок в домі наводить. Вазу дорогоу від пилу витирає. Раптом задзвонив телефон, жінка відволіклася, а вазу поставила на краєчок столу, та так, що ось-ось впаде. Але тут її чоловікові щось знадобилося в кімнаті. Зачепив він вазу, та впала і розбилася.

- Ох, що зараз буде! - думає сусід. Він тут же уявив, який скандал був би в його родині.

Підійшла дружина, зітхнула з жалем, і каже чоловікові:

- Пробач дорогий.

- Що ти, мила? Це я винен. Поспішав і не помітив вазу.

- Я винна. Так неакуратно вазу поставила.

- Ні, винен я. Ну да, ладно. Не було б у нас більшого нещастя.

Боляче защеміло серце у сусіда. Прийшов він додому засмучений.

Дружина до нього:

- Щось ти швидко. Ну що подивився?

- Так!

- Ну і як там у них?

- У них-то все винні. Ось тому вони не сваряться. А ось у нас все і завжди праві ...»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

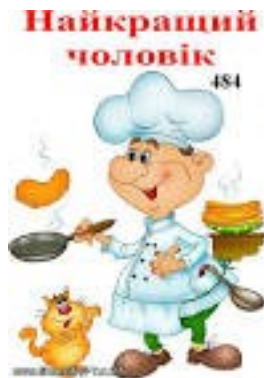
До яких життєвих цінностей повертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися робити взаємні поступки один одному».

Аналіз притчі «Мій чоловік кращий» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто між чоловіком і дружиною виникають непорозуміння та взаємні претензії. Як їх вчасно вирішувати? Пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одного разу до священика прийшла жінка і сказала:

- Ти два роки тому одружив мене з чоловіком. А зараз розведи нас. Я не хочу з ним більше жити.

- Яка ж причина твого бажання розлучитися? - поцікавився священик.

Жінка так пояснила:

- У всіх чоловіки вчасно повертаються додому, мій же чоловік постійно затримується. Через це вдома кожен день скандали.

Священик, здивувавшись, запитує:

- Причина лише тільки в цьому?

- Так, я не хочу жити з людиною, що володіє таким недоліком, - відповіла жінка.

- Розвести-то я вас розведу, але за однієї умови. Повертайся ти додому, випечеш великий смачний хліб і принеси мені. Але коли будеш пекти хліб, нічого не бери в будинку, і сіль, і воду, і борошно попроси у сусідок. І обов'язково поясни їм причину свого прохання, - сказав священик.

Ця жінка відправилася додому і, не відкладаючи, взялася за справу.

Зайшла до сусідки і сказала:

- О, Марія, позич мені склянку води.

- У вас, що, вода закінчилася? Хіба у дворі не виритий колодязь?

- Вода є, але я пішла до священика, щоб поскаржитися на чоловіка і попросила розвести нас, - пояснила та жінка і як тільки вона закінчила, сусідка зітхнула:

- Ех, якби ти знала, який у мене чоловік! - і почала скаржитися на свого чоловіка.

Після жінка вирушила до сусідки Асі, щоб попросити сіль.

- У тебе сіль закінчилася, просиш всього одну ложку?

- Сіль є, але я поскаржилася священику на чоловіка, попросила розлучення, - говорить та жінка, і не встигла вона закінчити, як сусідка вигукнула:

- Якби ти знала який у мене чоловік! - і почала скаржитися на свого чоловіка.

Так, до кого ця жінка ні заходила, щоб попросити, від усіх чула скарги на своїх чоловіків. Нарешті, вона спекла великий смачний хліб, принесла священика і віддала зі словами:

- Спасибі тобі, спробуй мою працю разом зі своєю сім'єю. Тільки не думай розвести мене з чоловіком.

- Чому, що сталося, доню? - запитав священик.

- Мій чоловік, виявляється, краще за всіх, - відповіла йому жінка».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися бачити в своїх близьких не лише недоліки, але й чесноти».

Аналіз притчі «Десять корів» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто один із подружжі недооцінює партнера, спираючись лише на зовнішнє враження від нього. Але любов і повага може повністю змінити людину. Пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одного разу два моряки відправилися в подорож по світу, щоб знайти свою долю. Припливли вони на острів, де у вождя одного з племен було дві дочки. Старша - красуня, а молодша - не дуже.

Один з моряків сказав своєму другові:

- Все, я знайшов своє щастя, залишаюся тут і одружуся з дочкою вождя.

- Так, ти маєш рацію, старша дочка вождя красуня, розумниця. Ти зробив правильний вибір - одружуйся.

- Ти мене не зрозумів, друже! Я одружуся на молодшій дочки вождя.

- Ти, що з глузду з'їхав? Вона ж така ... не дуже.

- Це моє рішення, і я це зроблю.

Друг поплив далі у пошуках свого щастя, а наречений пішов свататися. В племені було прийнято давати за наречену викуп коровами. Гарна наречена коштувала 10 корів. Пригнав він 10 корів і підійшов до вождя.

- Вождь, я хочу взяти заміж твою доньку і даю за неї десять корів!

- Це хороший вибір. Моя старша дочка красуня, розумниця, і вона стоїть десяти корів. Я згоден.

- Ні, вождь, ти не зрозумів. Я хочу одружитися на твоїй молодшій дочці.

- Ти що, жартуєш? Чи не бачиш, вона ж така ... не дуже.

- Я хочу одружитися саме на ній.

- Добре, але як чесна людина я не можу взяти десять корів, вона того не варто. Я візьму за неї три корови, не більше.

- Ні, я хочу заплатити саме десять корів.

Вони одружилися. Минуло кілька років, і мандрівний друг, вже на своєму кораблі, вирішив відвідати залишився товариша і дізнатися, як у нього життя. Приплив, йде по березі, а назустріч жінка неземної краси. Він її запитав, як знайти його друга. Вона показала. Приходить і бачить: сидить його друг, навколо дітлахи бігають.

- Як живеш?

- Я щасливий.

Тут входить та найкрасивіша жінка.

- Ось, познайомся. Це моя дружина.

- Як? Ти що одружився ще раз?

- Ні, це все та ж жінка.

- Але як це сталося, що вона так змінилася?

- А ти запитай у неї сам.

Підійшов один до жінки і запитує:

- Вибач за нетактовність, але я пам'ятаю, яка ти була ... не дуже. Що сталося, що ти стала такою прекрасною?

- Просто, одного разу я зрозуміла, що стою десяти корів».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися бачити в своїх близьких не лише недоліки, але й чесноти».

Аналіз притчі «Отрута для свекрухи» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто у родині виникають конфлікти між свекрухою та невісткою. Пропоную Вам прослухати притчу про те, як вирішувати такі конфлікти.

Одна дівчина вийшла заміж і пішла жити за невістку. Але вона не могла зносити повсякчасних докорів свекрухи і вирішила позбутися її. Пішла вона до знахаря і сказала йому:

- Не маю сили більше жити зі свекрухою. Вона зводить мене з розуму. Чи не могли б ви допомогти мені?

- А як?

- Продайте мені отруту. Я хочу отруїти свекруху і спекатися всіх лих.

- Гаразд, я допоможу тобі. Але пам'ятай дві речі. По-перше, ти не можеш отруїти свекруху відразу, тому що люди здогадаються про все. Я дам тобі трави, які вбиватимуть поступово. І щоб остаточно позбутися всіх підозр ти мусиш вгамувати свій гнів, навчитися поважати її, любити і бути терплячою. Тоді нікому й на гадку не спаде тебе запідозрити.

Дівчина на все погодилася, взяла трави і почала додавати їх до їди свекрухи. Окрім того, вона навчилася контролювати себе, прислухатися до свекрухи і поважати її. І коли та побачила, як змінилося ставлення дівчини до неї, вона від щирого серця полюбила невістку. І розповідала усім, що її невістка найкраща, про яку тільки й мріяти можна. За півроку вони вже були як матір і дочка.

І прийшла дівчина до знахаря та почала благати:

- Ради Бога, врятуйте мою свекруху від цієї отрути. Я її полюбила і не хочу вбивати.

Знахар посміхнувся і відповів:

- Не хвилюйся, не давав я тобі жодної отрути, а тільки приправи. Отрута була у твоїй голові, і ти позбулася її сама.



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей повертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися любити та поважати членів родини, тоді і вони будуть відповідати любов'ю та повагою».

Аналіз притчі «Батьківський час» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Часто у родині виникають конфлікти між батьками та дітьми викликані тим, що батьки мало уваги та часу приділяють власним дітям. Пропоную Вам прослухати притчу про це.

Після нелегкого робочого дня повернувся батько додому. Час був пізній, він змучився і втомився, але зрадів, побачивши, що п'ятирічний син чекає його на порозі будинку.

– Тату, – привітавши батька, тихо промовив малюк, – можеш відповісти? Я чекав, щоб запитати ...

– Звичайно, питай! – вигукнув батько.

– Скільки грошей ти отримуєш?

– Та хіба це твоя справа?! Нема чого тобі про це знати!

Дитина підняла на нього сумні очі.

– Я дуже-дуже прошу тебе, скажи, скільки ти заробляєш за одну годину?

– Ну, припустимо, п'ятсот. І що далі? Тобі-то яка різниця?

– Будь ласка, тато, – дуже серйозно промовила дитина, – позич мені триста рублів.

Батько вийшов з себе і закричав до сина:

– Ти поводиш себе огидно! Я так втомився, але змушений стояти тут і слухати твою порожню балаканину! Думаєш тільки про іграшки, чекав мене лише для того, щоб випросити грошей на всякі дурниці!

Опустивши голову, хлопчик зник за дверима дитячої. А батько, розсерджений і засмучений, так і стояв, притулившись до стіни. «От нахаба, – думав він, – який же мій син егоїстичний. Однак ... Може, і я був не в усьому правий? .. Я даремно на нього накричав, адже зазвичай дитя ніколи не

просить у нас з матір'ю грошей. Значить, дитина звернулась до мене неспроста».

Він тихенько зайшов до кімнати сина і сів біля дитячого ліжка.

– Ти ще не заснув, мій хороший? – Шепнув він.

– Ні, я лежу і думаю ...

– Не гнівайся на мене, синку, я сьогодні страшенно втомився, тому й нагрубив тобі. Ось, візьми гроші і, будь ласка, вибач мене.

Малюк обійняв батька за шию, його оченята радісно засвітилися.

– Тату, спасибі, велике-велике спасибі!

Хлопчик витягнув з кишені піжами кілька зім'ятих банкнот і додав до них щойно отримані купюри. Батько знову почав бурчати:

– У тебе, як виявилось, достатньо грошей, а ти скупишся і просиш ще.

– Ні, татко, мені якраз цих трьохсот не вистачало. Ось тепер я зібрав рівно стільки, щоб купити одну, всього лише одну годину твого, тату, часу. Можна? Я дуже прошу, прийди завтра трохи раніше, щоб ми сіли вечеряти всі разом: ти, мама і я ...



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Ця притча вчить нас необхідності навчитися приділяти час рідним та близьким».

5.5. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.):

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

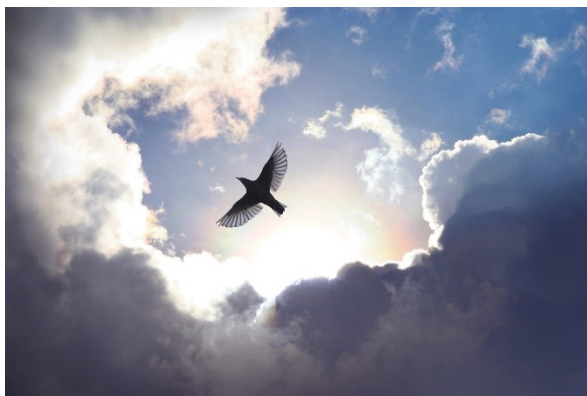
Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучим.

Після цього заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 6. СВОБОДА



Ціль заняття: надати учасникам інформацію щодо особливостей свободи як цінності.



Завдання:

- показати вплив свободи на досягнення цілей;
- визначити основні прояви свободи у мисленні людини;
- продемонструвати негативні наслідки неправильного розуміння свободи на шляху до досягнення мети.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|------------|----------------------------|--|------------|
| 6.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 6.2 | Знайомство | Вправа «Моя формула» | 10 хв. |
| 6.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Свобода - це»; аналіз притчі | 65 хв. |
| 6.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування; заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

6.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи, ознайомлює із темою заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментує план проведення.

«Сьогодні ми поговоримо про таку важливу цінність, як свобода. Здається що всі ми вільні та можемо робити, що заманеться. Але насправді наше «хочу» обмежується багатьма «треба». Як зберегти свою свободу і досягти бажаного? Про це – сьогоднішнє заняття».

6.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Моя формула» (10 хв.)

Ціль: стимулювати учасників до самоаналізу.

Необхідні матеріали: аркуші паперу, маркери.

$$I = \frac{U}{R}$$

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Прошу вас скласти власну формулу, яка складається із числівника та знаменника. У числівнику вкажіть власні здобутки та досягнення, у знаменнику – проблеми та прорахунки».

Після завершення вправи учасники зачитують свої напрацювання.



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Що заважало?
- Що нового ви дізнались про інших?

6.3. Основна частина (65 хв.)



Мозковий штурм «Свобода – це...» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє свободу, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Свобода – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного поняття свободи?

Аналіз притчі «Собака і вовк» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Для кожного свобода має різне значення і цінність. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одного разу селянин вирушив у ліс за дровами. За ним ув'язалася і його собака. Разом вони увійшли в ліс. Раптом з'явився вовк. Він накинувся на собаку, відволік її в ліс, щоб з'їсти, але собака зі сльозами на очах сказала йому:

- Що зробила я тобі поганого, що ти хочеш мене з'їсти? Якщо ти зараз з'їси мене, все одно завтра знову будеш голодним. Підемо до нас додому, там кожен день мені дають хліб і іншу їжу, будемо жити разом.

Вовк бачить, що собака говорить справа, і погодився. Йшли вони, йшли, і, коли підійшли до села, вовк зауважив, що шия у собаки плішива, вся в ранах.

- Це добре, дуже добре, братик, що ти так чудово живеш, але чому у тебе така зранена шия?

- Знаєш що, братик, у мого господаря поганий характер: перед тим як покласти переді мною хліб, він одягає мені на шию ланцюг, а потім каже: «Їж».

- Ні, братику, піду я назад, а ти йди, живи сам з ситим шлунком і з ланцюгом на шії.



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Свобода є однією з найважливіших моральних цінностей. Свободу можна порівняти з повітрям гірських вершин. Маючи свободу, людина має вибір. Але для слабких людей свобода нестерпна, бо вони не можуть нею правильно розпорядитися!»

Аналіз притчі «Мішок соломи» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожна людина прагне свободи, в тому числі свободи вибору, навіть якщо він може призвести до помилок. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одного разу до Бога прийшла жінка. Її спина була зігнута під вагою великого мішка, голова нахилена вперед, а погляд спідлоба був тривожним і пильним.

– Ти втомилася, мила жінко? – Стурбовано спитав Господь. – Знімай свою ношу з плечей, присядь, відпочинь.

– Дякую, але я не можу тут розсиджуватися, я ненадовго, – відмовилася жінка. – Тільки попрошу – і відразу назад! А то раптом за цей час вже щонебудь трапилось? Ніколи собі цього не прощу!

– Чого ж ти не готова собі пробачити?

– Якщо з моєю дитиною щось станеться. Я якраз і прийшла попросити тебе: Господи, спаси і збережи його!

– Я тільки цим і займаюся, – серйозно сказав Господь. – Хіба я дав тобі привід засумніватися в моїй турботі?

– Ні, але ... У цьому житті стільки всяких небезпек, поганого впливу, крутих поворотів! А у нього вік такий – все хочеться спробувати, всюди влізти, у всьому якось самоствердитися. Я дуже боюся, що його занесе на повороті, він вдариться, і йому буде боляче.

– Що ж, наступного разу він буде обережнішим, тому що на своїй шкурі дізнається, що таке біль, – відповів Господь. – Це дуже хороший досвід! Чому ж ти не хочеш дати йому навчитися?

– Тому що хочу позбавити його від цього болю! – Пристрасно вигукнула мати. – Ти бачиш – я завжди ношу з собою мішок соломи, щоб підстелити її там, де він може впасти.

– А впасти він може всюди ... – задумливо відповів Господь. – Навіть з власного ліжка можна впасти, хіба ні?

– Ну так ... Але ж є таке прислів'я – «знав би, де впасти, так соломки б підстелив». Ось я і намагаюся захистити його.

– І тепер хочеш, щоб я обклав його соломкою з усіх боків? Добре. Дивись!

І Господь миттю створив цілу купу соломи і кинув її в світ. Солома потрапила точно в ціль: вона кільцем лягла навколо сина тієї жінки, відгородивши його від усіх небезпек, від усіх негараздів, від усіх спокус, а заодно і від життя. Жінка бачила, як її син намагається рухатися то туди, то сюди, розсунути соломку, пробратися крізь неї, але все марно: соломка пересувалася разом з ним, готова, якщо що, пом'якшити удар. Син метався, пробував розірвати солом'яне кільце, впадав то у відчай, то в лють. А зрештою, він дістав звідкись сірники і підпалив соломку. Спалахнуло полум'я, і всю картину миттєво затягнуло димом.

– Синку! – Закричала жінка. – Синку, я йду на допомогу!

– Хочеш підкинути в багаття ще соломки? – Запитав Господь. – Май на увазі: чим більше соломки підстеляють батьки, тим сильніше бажання прорватися крізь неї за будь-яку ціну. Якщо ж це не вдасться, людина може і зовсім почати марнувати життя. Адже вона не буде знати, що таке біль, і що таке свобода вибору – теж ...

– Але я не можу цього допустити! – Проридала жінка. – Мій мішок соломи врятує його!

– Ти думаєш, що це мішок соломи, але ти помиляєшся, – відповів Господь. – Насправді це – Мішок Проблем. Всі жахи, які тобі ввижаються, всі побоювання, які в тебе живуть, всі страхи, якими ти наповнена, знаходяться в цьому мішку. Все, про що ти думаєш і тривожишся, набирає силу і розростається, тому що ти даєш цьому енергію. Тому твоя ноша настільки обтяжлива, а твоя спина втомилася ... Залиш цей мішок, дай сину свободу, а я подбаю про нього і захищу його!



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей повертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Кажуть, що дурень не вчиться навіть на власних помилках, розумний вчиться на них, а мудрий – на чужих помилках. Тому людині треба дати свободу, щоб вона могла здобути свій власний досвід: як негативний, так і позитивний».

Аналіз притчі «Метелик» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожна людина прагне певної допомоги, але недоречна допомога може позбавити людину свободи вибору і призвести до помилок. Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

Одного разу в коконі з'явилася маленька щілина. Перехожий, який випадково проходив повз, довго стояв і спостерігав, як через цю маленьку щілину намагається вибратися метелик ...

Минуло багато часу, метелик ніби залишив свої зусилля, а щілина залишалася такою ж маленькою. Здавалося, метелик зробив усе що міг, і що ні на що інше в нього не було більше сил ...

Тоді перехожий вирішив допомогти метелику, він узяв складаний ніжик і розрізав кокон. Метелик негайно вибрався. Але його тільце було слабким і немічним, його крила були прозорими і ледь рухалися.

Чоловік продовжував спостерігати, думаючи, що ось-ось крила метелика розправляться і зміцніють і він полетить. Але такого не сталося!

Залишок життя метелик волочив по землі своє слабке тільце, свої нерозправлені крила. Він так і не зміг полетіти...».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей повертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Чоловік, бажаючи допомогти метелику, не розумів того, що зусилля для виходу через вузьку щілину кокона необхідні йому, щоб рідина з тіла перейшла в крила і щоб він зміг літати. Життя змушувало його з труднощами

залишати цю оболонку, щоб він міг рости і розвиватися. Іноді саме зусилля необхідні нам у житті. Якби ми могли жити, не зустрічаючись з труднощами, ми були б обділені. Ми не змогли б бути такими сильними, як зараз. Ми ніколи не змогли б літати.

Я просив сил ... А життя дало мені труднощі, щоб зробити мене сильним.

Я просив мудрості ... А життя дало мені проблеми для вирішення.

Я просив багатства ... А життя дало мені мозок і м'язи, щоб я міг працювати.

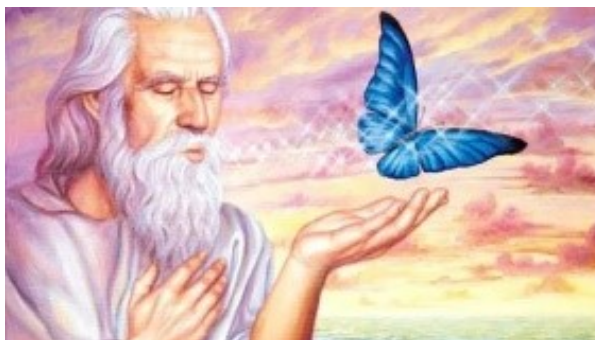
Я просив можливість літати ... А життя дало мені перешкоди, щоб я їх долав.

Я просив любові ... А життя дало мені людей, яким я міг допомагати в їх проблемах.

Я просив благ ... А життя дало мені можливості.

Я нічого не отримав з того, про що просив. Але я отримав все, що мені було потрібно».

Аналіз притчі «Усе в твоїх руках» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожна людина прагне мати свободу вибору. Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це. В одному місті жив мудрець. Чутка про його мудрих порад розлетілася по всьому світу. Один чоловік дуже заздрив такої слави і вирішив провчити мудреця. Він зловив метелика на лузі і стиснула його в долонях. Прийшов до мудреця з питанням, живий метелик в його долонях чи мертвий. Думає, якщо скаже, що живий, відразу ж прихлопну метелика і спростую його слова. Тоді все навколо засумніваються в словах мудреця. Мудрець дуже уважно подивився на мужика, зрозумів, що той задумав хитрість і сказав йому: «Усе в твоїх руках».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Сенс притчі в тому, що ми самі вирішуємо, як нам поступати. Що правильно, а що ні нам повинна підказувати наша совість».

Аналіз притчі «Віслюк» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Часто наша свобода обмежується думкою інших людей, від яких ми залежимо. Пропоную прослухати східну притчу про це.

Якось батько з сином мандрували. Батько сидів на віслюку, а син вів віслюка за вуздечку. Раптом вони почули, як один перехожий каже іншому:

– Поглянь на цього бідного хлопчика. Його маленькі ніжки ледь встигають за віслюком. А жорстокий батько не знає жалю.

Чоловік узяв ці слова близько до серця. Він зліз з віслюка і звелів синові їхати верхи. Не минуло й кількох хвилин, як вони зустріли інших перехожих, які почали показувати на них пальцями і хитати головами:

– Яка ганьба! Малий їде верхи, як султан, а його бідолашний батько біжить слідом.

Хлопчик страшенно зніяковів і попросив батька сісти позаду нього.

– Люди добрі, подивіться на це, – заголосила жінка під чадрою. – Як вони мучать нещасну тварину! У неї вже хребет провис, а старий і малий нероби сидять на ньому, як на канапі.

Батько з сином мовчки злізли з віслюка і, понуривши голови, побрели далі. За рогом вони зустріли інших перехожих, почали насміхатися з них:

– Чого це ваш віслюк нічого не робить, не приносить жодної користі, навіть не везе когось із вас на собі?

Батько зітхнув, пригостив віслюка соломою і сказав синові:

– Хоч би що ми робили, хлопче, обов'язково знайдеться той, хто з нами не погодиться. Гадаю, ми самі маємо вирішувати, як нам мандрувати».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«При прийнятті рішень ми маємо брати усю відповідальність на себе, не зважаючи на думки інших людей».

6.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.)

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучим.

ЗАНЯТТЯ 7. ЛЮБОВ



Ціль заняття: сприяти розумінню учасниками важливості любові як цінності.



Завдання:

- сприяти усвідомленню важливості постановки цілей та умов, необхідних для її досягнення;
- розвинути уміння учасників приймати рішення та робити усвідомлений вибір.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|------------|
| 7.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 7.2 | Знайомство | Вправа «Перебудови» | 10 хв. |
| 7.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Любов - це», аналіз притч | 65 хв. |
| 7.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

7.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи, ознайомлюють із темою заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментує план проведення.

«Однією з найважливіших цінностей є любов. Без неї усі інші цінності втрачають сенс. Як вберегти любов? Про це ми і поговоримо на цьому занятті».

7.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Перебудови» (10 хв.)



Ціль: налаштувати учасників на роботу та активну участь.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Зараз ми спробуємо вишикуватись у шеренгу, за однією ознакою, головна умова – робити все мовчки.»

Станьте за зростом: від найнижчого до найвищого

За датою народження: від січня до грудня.

За розміром взуття: від найбільшого до найменшого».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу? Що було складним?
- Що заважало?

7.3. Основна частина (65 хв.)



Мозковий штурм «Любов – це...» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє любов, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Любов – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного розуміння любові?

Аналіз притчі «Любов і час» (20 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми чуємо, що любов з часом зникає чи зменшується. Але буває і навпаки – вона з часом тільки збільшується. Тому пропоную Вам прослухати притчу про любов і час.

Колись давним-давно, всі почуття і духовні цінності людей жили на одному невеличкому острові. Радість, Щастя, Любов, Шана, Заздрість, Гнів, Гординя - всі вони жили разом. І ось одного разу пройшов слух, що острів незабаром піде під воду. Всі почуття почали будувати собі човни. Одна Любов ніяк не могла повірити, що таке можливе, бо вона все навколо бачила тільки у веселковому світлі.

Але потоп все ж таки почався. І чудовий острів став поволі, але йти під воду. Любов зрозуміла, що вже не встигне побудувати собі човен, тому почала проситися в пропливаючі повз неї човни.

Неподалік пропливав розкішний корабель Багатства.

- Багатство, візьми мене до себе, - просила Любов.

Але Багатство пояснило, що на його кораблі дуже багато коштовностей, золота, срібла, і на жаль, для Любові на ньому місця немає.

Тоді Любов побачила інший корабель, на якому плив Смуток.

- Врятуй мене! - благала Любов.

- Пробач, Любове, але мені так сумно, що я повинен побути один! - відповів Смуток і поплив.

Любов звернулася до Гордості, корабель якої пропливав в цей час. Але Гордість теж не взяла Любов до себе: "На моєму кораблі порядок і досконалість, ти можеш порушити цю красу!" - відповіла вона.

Зовсім засмутилася Любов, адже кораблів поблизу майже не залишилося. Та раптом вона почула голос: "Любове, йди до мене, я візьму тебе з собою!". Любов побачила зовсім сивого дідуса на невеликому кораблику.

Вона була так вдячна йому, що зовсім забула запитати його ім'я.

Коли вони допливли до берега, Любов залишилася, а дідусь поплив далі.

І лише тут Любов зрозуміла, що навіть не знає імені свого рятівника.

- Хто ж мене врятував? - запитала любов у Пізнання.

- Це був Час! - відповіло воно.

- Час? - здивувалася Любов. - Але чому ж він врятував мене?

- Тільки Час розуміє і знає, як важлива в житті Любов!»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Дуже б хотілось, щоб ми берегли та цінували те, що маємо до того, як можемо втратити... Справжня любов з часом не згасає, а тальки міцніє».

Аналіз притчі «Три горобці» (15 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми чуємо, що любов є найважливішою річчю у житті. Тому пропоную Вам прослухати притчу про найважливіші речі у житті.

Колись давно жив один дід. Жив він у старому храмі. До того храму приходили бавитися діти. Одного разу, коли пустотливий хлопчик бавився на приступцях храму, до нього прилетіли три горобці. Перший горобець сказав:

- Найвеличніша річ у цьому світі - сонце. Завдяки сонцю наш світ такий прекрасний. Але люди, що звикли до його світла, сприймають сонце як щось звичайне.

Почувши це, другий горобець сказав:

- Ні, найвеличніша річ у цьому світі - вода. Без води немає життя. Але люди, що звикли до її повсюдності, сприймають її як належне.

І врешті-решт заговорив третій горобець:

- Те, що казали ви, правда. Сонце і вода - чудові дари. Але найцінніше на землі - повітря. Люди його щедросте навіть не помічають, а без нього ми би погинули.

Вислухавши розмову горобців, хлопчик замислився. Він ніколи не відчував вдячності до повітря, води і сонця. Він побіг до діда і розповів про почуте. Його засмутило, що маленькі пташки виявилися мудрішими за людей.

Дід усміхнувся і сказав:

- Вітаю тебе з великим відкриттям. Ти кажеш правду. Люди забули про найважливіше в житті. Але всі їхні помилки можна пробачити, якщо вони навчаться любові».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Любов є найважливішою річчю у житті, тому що завдяки їй люди прощають одне одному, сприймають одне одного і творять прекрасний світ».

Аналіз притчі «Любов, багатство та здоров'я» (15 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми чуємо, що найважливішими речами у житті є любов та здоров'я, які неможливо купити. Тому пропоную Вам прослухати притчу про це.

Одна жінка вийшла з дому і побачила біля своєї хвіртки трьох старців. Вона привітала їх гостинно, запропонувала перепочити з дороги. Старі не відмовилися, але попросили виконати одну умову.

Першого старого звали Багатство, другого старого звали Здоров'я, а третю Любов. Вони входять у чужий будинок тільки по одному. Тому старі попросили її вибрати одного з них.

Жінка побігла додому порадитися з чоловіком. Чоловік тут же запропонував покликати Багатство, а дружині більше хотілося покликати Здоров'я. До їх розмови приєдналася дочка – вона запропонувала покликати Любов. Батьки прислухалися до неї.

Жінка вийшла з дому і покликала в хату Любов. На її подив у будинок пішли всі три старця. Тому що в будинку, де панує любов, знайдеться місце і для здоров'я, і для багатства.



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Суть притчі у тому, що матеріальні блага повинні мати другорядне значення. Якщо в сім'ї панує взаєморозуміння і любов, то всі інші бажання обов'язково збудуться».

7.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)



Підсумовування (5 хв.)

Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучим.

ЗАНЯТТЯ 8. ДРУЖБА



Ціль заняття: сформувати усвідомлення дружби як важливої життєвої цінності.

Завдання:

- інформувати учасників про особливості дружби;
- сприяти розумінню ефективних шляхів виявлення справжніх і несправжніх друзів;
- сприяти позитивній мотивації учасників на подальше проходження Програми.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|--------|
| 2.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 2.2 | Знайомство | Вправа «Моє ім'я» | 10 хв. |
| 2.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Дружба - це...»; обговорення притч | 65 хв. |
| 2.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

8.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи.

Далі ведучі коротко проводять огляд заняття, оголошуючи його тему, цілі та завдання, а також зазначають основні поняття, коротко коментують план проведення:

«На сьогоднішньому занятті ми з вами розберемося, що таке справжня дружба».

8.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Моє ім'я» (10 хв.)



Ціль: підвищити рівень життєвого оптимізму, створити позитивний настрій, налаштувати учасників на роботу.

Хід проведення:



Ведучий пропонує учасникам по черзі назвати своє ім'я та розкласти його на окремі літери, на кожен з цих літер назвати власну рису характеру (позитивну чи негативну), наприклад:

САША = С (сміливий) + А (активний) + Ш (шебутний) + А (акуратний)



Мозковий штурм «Дружба – це...» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє дружбу, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Дружба – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного сенсу дружби?

Аналіз вірша «Дружба» Олени Боднар (15 хв.)



Слово ведучого:

«Всі ми хочемо мати багато вірних надійних друзів. Тому пропоную Вам прослухати притчу про дружбу Олени Боднар:

В якімсь селі дідусь один вмирав, на Той світ вже збирався у дорогу... До рук ікону взяв, поцілував, а наостанок все ж прохав у Бога:

Хоч я й старий, та міг би ще служити, порадником і дітям і онукам, Якби ж ти, Боже, дав іще пожити, відстрочив трохи з Сонечком розлуку.

Господь почув, подумав і спитав, сховавши усміх, зазирнувши в очі:

- Відстрочить, кажеш? Може б я і дав тобі пожити... Добре, скільки хочеш?

Дідусь ожив відразу, звеселів, подумав про онуків, про синочків:
- О, Господи! Ти стільки дай років, на гілці скільки майорить листочків.

- Ні, це багато, Бог йому на це, - не можу скільки літ тобі ще дати.
- Ну, скільки яблук має деревце? - Ні, не проси, і це тобі багато.

- Тоді дай стільки, скільки за роки хороших, добрих, вірних мав я друзів.

- Хай буде так, - торкнувся його руки, по справедливості і по заслuzі.

І Бог пішов, а той дідусь піднявся і сиві вуса підкрутив завзято, Бо друзів за життя він скільки мав, як яблук і листочків разом взятих!»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«В цієї притчі є проста мораль: щасливо й довго в світі щоб прожити, любити треба світ, з людьми дружити, і душу мати чисту, мов кришталь».

Аналіз вірша «Дружба» Івана Франка (15 хв.)



Слово ведучого:

«Всі ми хочемо мати багато вірних надійних друзів. Тому пропоную Вам прослухати притчу про дружбу Івана Франка:

Вмираючи, покликав батько сина, що був його єдина дитина,
І мовив, звівши голову стару:

- Мій синку, швидко я, мабуть, умру.

Дав бог мені прожити багато літ. Добра надбати і пізнати світ.

Добро тобі лишаю. Не марнуй його, та й понад міру не цінуй.

Не думай в нім мету життя знайти, - це сходи лиш до вищої мети.

Та, крім добра, ти маєш, синку, те, що найважливіше - серце золоте,

Досить науки і здоровий ум, і вже пройшов ти молодості шум.

Одного лиш бажаю ще тобі: щоб мав ти друга щирого собі.

Син мовив:

- Татку, дяка вам і честь! Та в мене друзів щирих багато є.

- О синку, багато при їді й вині, та в горю допомгти - напевно, ні!

Я, сімдесят п'ять літ проживши, успів знайти одного лиш - та й то напів.

- Ні, татку, - мовив син, - з моїх друзяк піде за мене кожний хоч на гак!

Всміхнувсь отець:

- Щасливий, синку, ти, та я би радив пробу навести.

Заріж теля і запакуй у міх, а ніччю йди з тим до друзяк своїх.

Скажи: «Біда! Я чоловіка вбив!» Проси, щоб захистив тебе і скрив.

Своїх так перепробуй, а потім застукай і в мого друга дім.

Послухав син. Як смеркалося цілком, пішов, важким нав'ючений мішком.

До друга найлюбішого воріт застукав: «Живо, живо отворіть!»

Явився друг. «Се що тебе жене?» «Я чоловіка вбив! Сховай мене!»

Та сей, не відчиняючи воріт, сказав: «Тікай! Чи ще мене й мій рід

Ти хочеш у тяжку біду вплескати? Адже ж коли почнуть тебе шукати,

То де ж підуть насамперед? Сюди! Бо знають, що я друг твій! Геть іди!»

Пішов по інших своїх друзях син – не скрив його, не втішив ні один.

А дехто мовив: «Забирайся ти! Я зараз мушу властям донести.

Адже ж всі знають, як дружили ми, – ще скажуть, що до спілки вбили ми».

Отак всю ніч продвигавши свій міх, до батькового друга він прибіг.

«Рятуйте, дядьку! Я людину вбив та вже й у місті шуму наробив!

Ось труп! Там десь погоня вже жене! Ой пробі, скрийте трупа і мене!»

Старий живенько замки відкрутив і з міхом парубка в свій двір пусти.

«Ну, ну, ходи, небоже, скрийся тут! А трупа десь я впру в безпечний кут».

Замкнув ворота, взяв на плечі міх - та парубок упав йому до ніг.

«Спасибі, дядьку! Не турбуйтеся, ні! ніяке зло не сталося мені».

І він сказав йому батьківську річ і все, що діялося з ним сю ніч,

І як подвійно тут він скористав: фальшивих друзів збувсь, а вірного пізнав».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Кажуть, що друзі пізнаються у біді. Саме в екстремальних ситуаціях ми можемо відокремити справжніх друзів від фальшивих».

Аналіз притчі «Рай та пекло» (15 хв.)



Слово ведучого:

«Вважається, що головною ознакою справжньої дружби є вірність. Тому пропоную Вам прослухати наступну притчу про рай та пекло:

Одного разу йшов дорогою чоловік з конем і псом. Коли минали вони велетенське дерево, потрапила в нього блискавка й спопелила їх усіх. Однак чоловік не відразу усвідомив, що пішов зі світу (часом небіжчикам треба трохи часу, щоб усвідомити перемену свого стану).

Дорога була довга і вела догори, сонце пекло безжально, і всі троє потопилися від спеки й спраги. Аж ось за поворотом виросла перед ними велична мармурова брама, а за нею площа, брукована чистим золотом. Посередині стояв водограй з холодною і чистою водою. Мандрівник попростував до вартового, що стояв на вході.

- Добридень! Як зветься це чудове місце?

- Це рай.

- Як чудово, що дійшли ми до раю, дуже вже хочемо пити.

- Можеш зайти і пити досхочу.

- Але ж мій кінь і пес також мучаться від спраги.

- Дуже шкода, - відповів вартовий. - Але тварин сюди не пускають.

Мандрівник засмутився, але сам пити не став, подякував вартовому і попрямував далі. Після довгої дороги вгору дійшли вони до селища, до якого вела небрукowana дорога, обсажена деревами. Під одним з них лежав чоловік і, мабуть, спав.

- Добридень, - привітався мандрівник.

Той мовчки кивнув головою, привітавшись.

- Я, мій кінь і пес вмираємо від спраги.

- Он за тими каменями є джерело. Пийте скільки душа забажає.

Мандрівник, кінь і пес пішли до джерела і втамували спрагу. Згодом мандрівник повернувся, щоб подякувати.

- Приходьте, будемо раді бачити вас, - відповів той.

- А не скажеш, як зветься це місце?

- Рай.

- Рай? А вартовий біля мармурової брами сказав нам, що рай там.

- Ні, там не рай. Там - пекло.

- Чому ж ви не заборонили їм називатися чужим іменем? - зненацька розгубився мандрівник. - Ці неправдиві відомості можуть спричинити страшенну плутанину!

- Аж ніяк. Насправді вони роблять нам чималу послугу. Там застаються всі, хто здатний зрадити найкращих друзів».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Справжніми друзями є лише ті, які не за яких обставин не зрадять».

Аналіз притчі «Вірний друг» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Вважається, що головною ознакою справжньої дружби є вірність. Тому пропоную Вам прослухати наступну притчу про вірного друга:

Старий вікінг разом з друзями відпочивав біля озера. Раптом, задумавшись, він сказав: «В мене за все життя не було жодного вірного друга».

Друзі обурились.

- Згадай, хто перший допоміг тобі, коли всі від тебе відвернулись?
- Це був я, - відповів один.
- Коли вороги спалили твій дім, хто відбудував його разом з тобою?
- Це був я, - озвався другий.
- А хто в бою прикривав тебе собою?
- Це ж був я, - відповів третій.

Старий вікінг подумав і відповів:

- Я пам'ятаю все, що ви зробили для мене, ви є друзями, коли я нещасний, і я вдячний вам за це.

Скажу правду:

- Я рідко буваю щасливий. Згадайте, коли на полюванні я врятував короля і він при всіх мені подякував, назвавши найкращим воїном, всі раділи, а друзі мовчали. Коли моє військо отримало перемогу над ворогом. Мене вважали рятівником народу, мої друзі знову мовчали. Коли я повів під вінець найкращу дівчину королівства - серце моїх друзів знову промовчало. Коли трапляється горе - рідко хто відмовляє тобі у допомозі, але коли людина щаслива - навіть ті, кого ти вважаєш друзями, можуть не порадіти твоєму щастю.

В щасті ніколи не буває друзів».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

До яких життєвих цінностей привертає увагу притча?



Висновок ведучого:

«Справжніми друзями є лише ті, які завжди підтримують не лише у горі, але й у радості».

8.4. Підбиття підсумків заняття (5 хв.)

Підсумовування (5 хв.):



Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучі роздають усім учасникам оцінювальну форму заняття, розміщену у Додатку 1. Учасники заповнюють оцінювальну форму і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 9. ПРАЦЯ



Ціль заняття: сприяти розумінню учасниками цінності праці.



Завдання:

- сприяти розвитку навичок самоаналізу;
- допомогти учасникам дійти висновку, що праця є однією з важливих цінностей;
- сприяти розумінню необхідності праці для досягнення інших цілей.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-----|----------------------------|--|--------|
| 9.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучого. Огляд заняття | 5 хв. |
| 9.2 | Знайомство | Вправа «Моя професія...» | 10 хв. |
| 9.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Праця - це», обговорення притч | 65 хв. |
| 9.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

9.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи, ознайомлює із темою заняття, його ціллю та завданнями, основними поняттями:

«Усі ми хочемо мати достойний рівень життя. Але для цього треба працювати. Більшу частину власного часу ми, як правило, проводимо на роботі. Як зробити, щоб праця приносила нам не лише прибуток, але й задоволення».

9.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Моя професія...» (10 хв.)



Ціль: створити атмосферу доброзичливості, відпрацювати прийоми впевненої поведінки.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Кожен з вас хоче здобути певну професію, в якій ви зможете вважати себе майстрами. Тому завершіть речення «Моя професія...».



Учасники називають свої професії, ведучий робить підсумок, що кожна людина в чому талановита, її завдання – виявити свої здібності та розвивати їх.



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації себе та визначенні своєї винятковості?

9.3. Основна частина (65 хв.)

Мозковий штурм «Праця – це...» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє сенс праці, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Праця – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного сенсу праці?

Аналіз притчі «Два працівники» (5 хв.)



Слово ведучого:

«В роботі важливо постійно проявляти кмітливість, тоді є шанс кар'єрного зростання. Тому пропоную Вам прослухати притчу про двох різних працівників.

Було у пана два працівники. І одному він платив 5 карбованців, а другому 5 копійок. Другий працівник дуже заздрих першому. І одного разу спитав пана, чому він платить йому менше, ніж іншому.

- Подивися, ніби сіно повз будинок везуть, - сказав пан. - Дізнайся, що там і як.

Працівник повернувся.

- Так, пане, везуть сіно.

- А по чому?

- Не знаю.

- То піди дізнайся.

Знову прийшов працівник.

- По 5 рублів.

- А сіно що, чи не з Іванівських лук?

- Не знаю.

- То піди дізнайся.

Знову повернувся працівник.

- Так, пане, з Іванівських.

- А першого укусу чи другого?

- Не знаю.

- Ну, дізнайся.

Знову прийшов працівник.

- Першого укусу.

- А що, дешевше за 5 рублів не віддають?

- Не знаю.

- Ну, дізнайся.

Повертається працівник, і тут у будинок заходить інший працівник.

- Пане, там сіно везуть. Першого укусу з Іванівських лук. Продають по 5 рублів, але я сторгувався за чотири. Готові розвантажувати.

- Ну, як тепер ти розумієш, чому іншому працівникові я плачу більше, ніж тобі? - спитав пан.



Питання для обговорення:

Чому один працівник отримував зарплату менше, ніж інший?



Висновок ведучого:

«На будь-якій роботі треба проявляти ініціативу і активність. Це дозволяє вносити корисні пропозиції щодо підвищення ефективності праці».

Аналіз притчі «Рибалка і бізнесмен» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Безумовно, праця займає значне місце у нашому житті, але вона не повинна поглинути весь наш час, залишаючи місце і для відпочинку та спілкування з родиною. Тому пропоную Вам прослухати притчу про співвідношення праці та дозвілля.

Якось одного разу бізнесмен стояв на причалі в маленькому селі і стежив, як рибалка у вутлому, човнику спіймав велетенського тунця. Бізнесмен привітав рибалку з цим успіхом і запитав, скільки часу потрібно, щоб спіймати таку рибу.

- Кілька годин, не більше, - відповів рибалка.

- Чому ж ти не зостався в морі довше і не спіймав ще кілька рибин? - здивувався бізнесмен.

- Однієї вистачить, щоб моя сім'я прожила завтрашній день, - відповів той.

- Але що ти робиш решту дня? - не вгавав бізнесмен.

- Я сплю до обіду, потім йду на кілька годин порибалити, а згодом бавлюся зі своїми дітьми, і опісля ми з дружиною влаштовуємо собі сіесту. Ввечері я йду в село на прогулянку, п'ю вино і граю з друзями на гітарі. Я тішуся життям, - пояснив рибалка.

- Я - випускник Гарварду, - сказав бізнесмен. - Я допоможу тобі. Ти все робиш неправильно. Ти маєш рибалити цілий день, а тоді придбати собі великого човна.

- А що далі?

- Далі ти будеш ловити ще більше риби, і зможеш купити собі кілька човнів, навіть кораблів, і одного чудового дня матимеш цілу флотилію.

- А далі? - спитав рибалка.

- Далі, замість того, щоб продавати рибу посереднику, ти будеш привозити рибу просто на завод і, збільшивши прибутки, відкриєш власний бізнес.

- А далі?

- Потім ти покинеш це забуте Богом село і переселишся у велике місто, і, можливо, одного дня зможеш відкрити величезний офіс і стати директором.

- І скільки на це треба часу?

- Років 15-20.
- А що ж далі?
- А далі, засміявся бізнесмен, - далі настане найприємніше. Ти зможеш продати свою компанію за кілька мільйонів і дуже розбагатіти.
- А далі?
- Ти зможеш закинути працю, переїдеш у невеличке село на узбережжі, і будеш спати до обіду, трохи рибалити, бавитися з дітьми, влаштовувати сіесту з жінкою, гуляти селом, пити вино вечорами, грати разом з друзями на гітарі...



Питання для обговорення:

В чому полягає сенс притчі?



Висновок ведучого:

«Дійсно, праця займає значне місце у нашому житті, надає нам засоби для існування та приносить моральне задоволення, розкриває наші здібності. Але якщо вона поглинає весь наш час та зусилля, не залишає часу для відпочинку та спілкування з родиною, треба переглянути її місце в ієрархії цінностей, і, можливо, дещо зменшити кількість часу, який відводиться для роботи»

Аналіз притчі «Змагання лісорубів» (10 хв.)



Слово ведучого:

«У попередній притчі йшла мова про те, що при напруженому робочому графіку треба залишати можливість перепочити. Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про це.

Якось учень і його вчитель посперечалися, хто за годину нарубає більше дров у лісі. Кожен вибрав собі ділянку. Учень взявся рубати, і його сокира не змовкала ні на хвилину - так він хотів перемогти. Тоді як сокира учителя час від часу змовкала. Учень тішився з того, вважаючи, що вчитель втомився, і він невдовзі обжене його.

Наприкінці роботи порівняли результат. Виявилося, що вчитель має дров набагато більше. Тут учень здивувався:

- Як же так, я рубав дрова, не вгаваючи, а ти часто робив перерву?!

На що учитель відповів:

- Саме в той час я гострив сокиру.



Питання для обговорення:

В чому сенс притчі?

Чому вчитель нарубував дров більше, ніж учень?



Висновок ведучого:

«Раціональна організація праці – це оптимальне співвідношення праці та відпочинку. Відпочинок дає можливість відновити фізичні та моральні сили, слугує додатковим мотиватором для нових зусиль».

Аналіз притчі «Якщо не я, то хто?» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Звичайно, кожному з нас хочеться виконувати найлегші та найприємніші завдання, але хтось повинен виконувати і найважчі та найнеприємніші, задаючи себе питання: «Якщо не я, то хто?» Тому пропоную Вам прослухати притчу про людину, яка не боялася важких завдань.

Одного разу людям довелося розбирати величезні завали каміння, які закривали дорогу до цілющого водного джерела. Каміння було важким і гострим, воно до крові колело і дряпало руки, тому люди намагалися вхопити малі й округлі камінчики, щоб було легше носити. І лише один чоловік щоразу обирав найважче і незручне каміння. Ніс його, напружуючи всі свої сили, навіть інколи здавалося, що він от-от упаде. Але після недовгого відпочинку, він знову і знову робив так самою. Товариші запитали його: «Для чого ти працюєш так важко? Можна ж брати і маленькі каміння». Здивовано подивившись на них, чоловік відповів: «Але ж каміння все одно треба переносити все, бо інакше ми не доберемося до води! І чим швидше ми

розгребемо велике каміння, тим легше ми зробимо собі. Отже, хтось все одно має взяти на себе важку роботу, тож нехай це буду я».



Питання для обговорення:

В чому сенс притчі?

Чому чоловік обирає найважче каміння?



Висновок ведучого:

«Звичайно, брати на себе важку роботу не хочеться нікому, але якщо всі будуть такої думки, не буде просування вперед. Тому в робочому колективі різні робітники виконують різні функції: організатор, виконавець рутинної роботи, виконавець творчих завдань тощо».

Аналіз притчі «Будівельники» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з нас по-різному сприймає одну і ту ж саму роботу. Для одного це рутинна та засіб існування, для іншого – можливість творчості та самовираження. Тому пропоную Вам прослухати притчу про будівельників, які будували храм.

Три будівельника переносили на робочому ділянці цеглини. Повз них прогулювався допитливий хлопчик, який вирішив поцікавитися, чим вони зайняті. Кожен будівельник, виконуючи одну і ту ж роботу, дуже по-різному відповідав хлопчику.

Перший будівельник сказав, що носить цеглу, тому що у нього робота така. Другий будівельник сказав, що йому потрібні гроші, і тому він носить цеглу. Третій будівельник відповів, що бере участь в будівництві красивого будинку, в яких скоро поселяться щасливі сім'ї. Хлопчик був дуже здивований, як можна виконувати однакову роботу з таким різним настроєм.



Питання для обговорення:

В чому сенс притчі?

Чому різні будівельники називали різний зміст власної роботи?



Висновок ведучого:

«Сенс притчі про життя в тому, що до будь-якої справи треба приступати з позитивними емоціями. У кожному процесі можна знайти світлі і приємні сторони. Змініть ставлення до роботи, і вона не буде тягарем для вас».

Аналіз притчі «Таємниці майстерності» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з нас хоче бути майстром у своїй сфері. Тому пропоную Вам прослухати притчу про коваля та його учня.

Один заможний господар спромігся на кузню. Справи ковальської він не знав, та й учитись йому вже не було коли. Але мав дорослого сина. «Нехай мій Василько і опанує це дуже потрібне для села ремесло», - вирішив господар.

Про навчання домовився з відомим на всю волость ковалем. За невелику платню той узявся зробити з хлопця коваля.

Господарів син ріс ледарем. До роботи брався неохоче, а батько не примушував працювати, бо обходився наймитами.

- Ну що ж, хлопче, - почав перший урок старий майстер, - бери тачку і гайда по вугілля!

- Я прийшов до вас учитися, а не найнявся! - гонорово відказав хлопець.

- А як ти гадаєш інакше опанувати наше ремесло? - глянув на учня здивований коваль.

- Ви робіть свою справу, а я буду дивитися, спокійно пояснив йому Василько і для переконливості додав: - Ми вам за науку заплатили наперед Коваль тільки плечима знизав. Гроші він справді отримав, а коли так - то їхня справа, як учитися.

- Стій і дивись, можливо щось і вийде...

Три роки - строк навчання - збігли як один день. І протягом усього того часу Василько ретельно відвідував кузню, вмощувався збоку і спостерігав за роботою.

Нарешті вийшов строк.

- Ану, синку, покажи, чому ти у відомого коваля навчився!

Василь узяв молота в руки. Гримав - гримав - а викувати нічого путнього не зумів. Побачивши це, батько зрозумів, якого спадкоємця собі виховав.

- Та я три роки за тебе гроші платив! А ти, ледарю, навіть не знаєш, з якого боку до ковадла підійти?! Геть з моїх очей! І поки не навчишся ковальської справи, до хати не приходь! - сказав батько, як відрізає.

Куди подітися Василькові? Пішов до того самого коваля найматися на роботу.

- Добре! - погодився коваль. - Бери тачку - і гайда по вугілля.

Тепер уже ніколи було Василькові спостерігати — бо від зорі до зорі він крутився підручним у коваля. І сам почав залізо кувати. Спочатку за прості вироби узявся, а далі - за складніші й складніші. Так і відкрив собі таємницю ковальського ремесла.



Питання для обговорення:

В чому сенс притчі?

Чому учень став справжнім майстром?



Висновок ведучого:

«Щоб стати справжнім майстром своєї справи, треба опанувати її, починаючи з простих допоміжних операцій. Кожен майстер певний період був старанним учнем і поступово опановував секрети майстерності».

9.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв.)

Підсумовування (5 хв.):



Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучий роздає кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток 1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 10. ЧАС



Ціль заняття: сприяти розумінню учасниками розуміння цінності часу.



Завдання:

- допомогти учасникам усвідомити цінність часу;
- звернути увагу учасників на необхідність раціонального використання часу;
- навчитися визначати шляхи раціонального використання часу.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|-------------|----------------------------|--|------------|
| 10.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 10.2 | Знайомство | Вправа «Знайди того, хто» | 10 хв. |
| 10.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Час - це»; аналіз притч | 65 хв. |
| 10.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

10.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників з темою заняття, ціллю та основними поняттями.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи. Далі ознайомлюють із темою заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментують план проведення.

Ведучий звертається до учасників:

«Одні люди кажуть, що їм не вистачає часу, щоб все встигнути. Інші скаржаться, що їм немає чим заповнити вільний час, якого занадто багато. Тому на цьому занятті ми розглянемо цінність часу та основи його раціонального використання (тайм-менеджменту)».

10.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Знайди того, хто» (10 хв.)

Ціль: продовжити знайомство учасників, створити атмосферу доброзичливості.

Хід проведення:



Ведучий звертається до учасників:

«Зараз кожен із вас отримає завдання: знайти у групі учасників, які відповідають певним умовам. Звертатися можна лише до конкретної людини і лише з одним питанням, потім – до іншої».

Картка учасника.

Знайди того, хто...

- Має двох та більше дітей
- Грає на якомусь музичному інструменті
- Має вищу освіту
- Писав чи пише вірші
- Жив (живе) недалеко від моря (до 100 км)
- Має робітничу професію
- Любить дивитися індійські фільми



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- На основі чого ви вибрали твердження, яке, на вашу думку, має 100 % достовірності?

10.3. Основна частина (65 хв.)



Мозковий штурм «Час – це...» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє час, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Час – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного розуміння щастя?

Аналіз притчі «Цінність часу» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Коли у нас вдосталь часу, ми не помічаємо його цінність. Навпаки, коли часу не вистачає, його цінність значно підвищується. Тому пропоную Вам прослухати притчу про цінність часу.

Одного разу до мудреця прийшов чоловік зі своїм сином-підлітком. «Про вас кажуть, - звернувся чоловік до мудреця, - що Ви можете допомогти знайти відповіді на всі життєві питання. Допоможіть, будь ласка, моєму синові зрозуміти цінність часу».

Після нетривалої паузи він, зітхнувши, тихо сказав: «Та й мені ця цінність не завадило б зрозуміти».

Мудрець на мить задумався, а потім спокійно звернувся до сина чоловіка.

- «Час - поняття абстрактне. Його цінність важко зрозуміти. Але це не означає, що це неможливо. Вам допоможуть зрозуміти цінність часу 7 осіб - студент, жінка-мати, редактор газети, закоханий, той, хто часто їздить на поїзді, шофер або водій, а також спортсмен».

Побачивши здивовані погляди чоловіка і його сина, Мудрець пояснив:

«Щоб зрозуміти цінність року, поговоріть зі студентом, який не склав сесію.

Щоб зрозуміти цінність одного місяця, поговоріть з матір'ю, яка народила недоношену дитину.

Щоб зрозуміти цінність одного тижня, поговоріть з редактором щотижневої газети.

Щоб зрозуміти цінність однієї години, поговоріть з закоханими, які очікували зустрічі.

Щоб зрозуміти цінність однієї хвилини, поговоріть з тим, хто запізнився на потяг.

Щоб зрозуміти цінність однієї секунди, поговоріть з тим, хто тільки що не потрапив в автомобільну аварію.

Щоб зрозуміти цінність однієї мілісекунди, поговоріть зі спортсменом, який завоював срібну медаль на Олімпійських іграх».

Уже прощаючись зі своїми гостями, Мудрець зі словами «повісьте це у себе в будинку на самому видному місці» простягнув чоловікові аркуш паперу ...

На аркуші був наступний текст: «Кожна секунда вашого життя на вагу золота. Вчора - вже історія. Завтра - ще невідомо. Сьогодні - це дар. Тому воно і зветься СПРАВЖНІМ».

Нижче жирними літерами було написано:

«Знаходьте час для ...» і під цими словами прямими рядками було написано:

«Знаходьте час для роботи - це умова успіху.

Знаходьте час для роздумів - це джерело сили.

Знаходьте час для гри - це секрет молодості.

Знаходьте час для читання - це основа знань.

Знаходьте час для дружби - це умова щастя.

Знаходьте час для мрії - це шлях до зірок.

Знаходьте час для кохання - це справжня радість життя.

Знаходьте час для веселощів - це музика душі».



Питання для обговорення:

Який сенс цієї притчі?

Коли час особливо цінний?



Висновок ведучого:

«Коли у нас вдосталь часу, ми не помічаємо його цінність. Лише коли часу катастрофічно не вистачає, ми прагнемо здобути його ще хоч трохи. Тому треба раціонально організувати час, щоб вистачало і на працю, і на розваги, і на родину».

Аналіз притчі «Банківський рахунок» (5 хв.)



Слово ведучого:

«Відведений нам у цьому житті час подібний до банківського рахунку, який ми поступово витрачаємо. Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про цінність часу.

Уявіть, що у вас є банківський рахунок, на який щоранку виплачують \$86 400. Але цей баланс не переноситься на наступний день. Тобто, кожного вечора банк забирає з вашого ранку все те, що вони не змогли витратити за день. Що б ви робили? Використовували б кожен цент, правда? Кожен з нас має такий банк. І це - ЧАС. Кожного ранку ви отримуєте 86 400 секунд. Кожної ночі, час, який ви не використали для певних цілей, викреслюється як втрачений. Він не переноситься на наступний день. Перевищити баланс не можна, тож кожного ранку для вас відкривається новий рахунок. А кожної ночі все невикористане згоряє».



Питання для обговорення:

Який сенс цієї притчі?

Чому час порівнюється з банківським рахунком?



Висновок ведучого:

«Ви повинні жити теперішнім і користати з того балансу, який маєте. Інвестуйте з розумом, щоб отримати здоров'я, радість і успіх!»

Аналіз притчі «Дорогоцінний час» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Коли ми молоді, ми не замислюємося про цінність часу, але к поважному віці приходить усвідомлення, що відведений нам час поступово спливає. Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про цінність часу.

У приймальні лікаря юрмилися люди. Один літній джентльмен встав і підійшов до адміністратора.

- Мадам, - ввічливо сказав він, - мені призначили зустріч на десяту ранку, а зараз уже майже одинадцята. Я довше не можу чекати. Чи не могли б ви записати мене на інший день?

Одна жінка, котра стояла в черзі, нахилилася до сусідки і прошепотіла:

- Йому щонайменше років вісімдесят. Які у нього можуть бути термінові справи, що йому ніколи навіть почекають?

Чоловік почув це здивування. Він повернувся до жінки, вклонився і відповів:

- Мені вісімдесят сім років, леді. Саме з цієї причини я не можу дозволити собі витратити жодної хвилини свого дорогоцінного часу



Питання для обговорення:

Який сенс цієї притчі?

Чому саме людина похилого віку так цінує відведений їй час?



Висновок ведучого:

«З віком людина починає більше цінувати час, бо розуміє, що його залишається все менше і менше».

Аналіз притчі «Тисяча кульок» (10 хв.)



Слово ведучого:

«За все у цьому житті є своя ціна. Є вона і у часу. Тому пропоную Вам прослухати притчу про ціну часу.

Кілька тижнів тому я приготував собі каву, взяв ранкову газету і сів послухати радіо. Перемикаючи канали радіостанції, я раптом зупинив свою увагу на оксамитовому голосі одного дідуся. Він щось говорив про «тисячу кульок». Я зацікавився, зробив звук голосніше і відкинувся на спинку крісла.

- Гарзд, - сказав старий, - можу посперечатися, що ви дуже зайняті на роботі. Вчора, сьогодні, завтра. І нехай вам платять багато. Але за ці гроші вони купують ваше життя. Подумайте, ви не проводите цей час зі своїми коханими і близькими. Ні за що не повірю, що вам потрібно працювати весь цей час, щоб звести кінці з кінцями.

Ви працюєте, щоб задовольнити ваші бажання. Але знайте, що це замкнуте коло - чим більше грошей, тим більше хочеться і тим більше ви працюєте, щоб отримати ще більше. Треба зуміти в один момент запитати себе: «А чи дійсно мені так потрібна та чи інша річ, наприклад, нова машина?» І заради цього ви готові пропустити перший танцювальний виступ вашої доньки або спортивне змагання вашого сина?

Дозвольте мені розповісти дещо, що реально допомогло мені зберегти і пам'ятати про те, що головне в моєму житті. І він почав пояснювати свою теорію «тисячі кульок»:

- Дивіться, в один прекрасний день я сів і підрахував. В середньому людина живе 75 років. Я знаю, деякі живуть менше, інші більше. Але живуть приблизно 75 років. Тепер я 75 множу на 52 (кількість тижнів в році) і виходить 3900 - стільки тижнів у вас в житті. Коли я задумався про це, мені було п'ятдесят п'ять.

Це означало, що я прожив уже приблизно 2900 тижнів. І в мене залишалось тільки 1000. Тому я пішов у магазин іграшок та купив там 1000 невеликих пластикових кульок. Я засунув їх усі в одну прозору банку. Після цього щотижня я витягав і викидав одну кульку. І я помітив, що коли я робив це і бачив, що кількість кульок зменшується, я став звертати більше уваги на справжні цінності свого життя.

Немає сильнішого засобу, ніж дивитися, як зменшується кількість відпущених тобі днів! Тепер, послухайте останню думку, якою я хотів би поділитися сьогодні з вами, перед тим як обійняти мою кохану дружину і сходити з нею на прогулянку. Цього ранку я витягнув останню кульку з моєї банки... Я ні про що не шкодую. Було приємно з вами поговорити, але мені потрібно поспішати до моєї сім'ї. Сподіваюся, ще почуємось!..

Я задумався. Дійсно, було про що подумати. Я планував ненадовго змотатися сьогодні на роботу - потрібно було доробити проект. А потім я збирався з колегами по роботі сходити в клуб.

Замість усього цього я піднявся наверх і розбудив мою дружину ніжним поцілунком.

- Прокидайся, мила. Поїдемо з дітьми на пікнік.

- Дорогий, що трапилось?

- Нічого особливого, просто я зрозумів, що ми давно не проводили разом вихідні. І ще, давай заїдемо в магазин іграшок. Мені потрібно купити пластикові кульки...»



Питання для обговорення:

Який сенс цієї притчі?

Чому чоловік змінив своє ставлення до часу?



Висновок ведучого:

«Хай кожен наступний день буде для вас подарунком. Приймайте його з вдячністю і даруйте близьким і коханим тепло і радість».

Аналіз притчі «Янгол та бізнесмен» (10 хв.)



Слово ведучого:

«В останні хвилини життя людина починає по-новому цінувати час. Як кажуть: «Перед смертю не надихаєшся». Тому пропоную Вам прослухати ще одну притчу про ціну часу.

Один бізнесмен, заробив в своєму бізнесі три мільйона доларів. Він вирішив, що візьме собі рік відпочинку від бізнесу і поживе в розкоші, яку міг собі дозволити, завдяки своєму багатству. Але не встиг він прийняти це рішення, як до нього спустився Янгол Смерті. Будучи професіоналом у сфері торгівлі, наш бізнесмен вирішив викупити у Янгола Смерті час на життя.

Багач робить пропозицію: «Дай мені три дні життя і я віддам тобі третину свого багатства, один мільйон доларів золотом». Янгол відмовився. «Добре, залиши мені два дні життя і я віддам тобі дві третини свого багатства, два мільйона доларів золотом», - попросив багач. Янгол знову відмовив. «Дай мені хоча б один день, щоб насолодитися красою землі та побути певний час зі своєю сім'єю, яку я так довго не бачив, і я віддам тобі все що маю. Три мільйона золотих доларів». Але Янгол був неприступний.

Тоді бізнесмен попросив у Янгола трошки часу, щоб написати прощальну записку. Це бажання Янгол задовольнив. «Правильно використовуйте свій час, що відведений вам для життя! – писав він. Я не зміг купити навіть годину життя за три мільйона золотих доларів. Перевірте, прислухайтесь до свого серця, чи всі речі, що вас оточують мають дійсну цінність».



Питання для обговорення:

Чому Янгол двічі відмовив бізнесмену?

Може, він образився, що той йому давав мало грошей?

Чому вчить ця притча?

Що означає вислів «правильно використовуйте час»?



Висновок ведучого:

«Правильне використання часу – оптимальний його розподіл, коли є час для сього: для праці, для відпочинку, для родини».

Аналіз притчі «Минуле, сьогодні та майбутнє» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Деякі люди зосереджені насамперед на минулому, деякі – на майбутньому, а деякі – на сьогодні (принцип «тут і тепер»). Тому пропоную Вам прослухати притчу про минуле, теперішнє та майбутнє.

Три мудреці посперечалися про те, що важливіше для людини – її минуле, сьогодні чи майбутнє. Один з них промовив: «Моє минуле робить мене тим, хто я є; я вмію те, чому я навчився в минулому. Я вірю в себе через те, що мені добре вдавалися ті справи, за які я раніше брався. Мені подобаються люди, з якими мені раніше було добре. От дивлюся я зараз на вас, бачу ваші посмішки і очікую ваших заперечень, бо ми вже не раз сперечалися, і я вже знаю, що ви не звикли погоджуватися з будь-чим без обговорень».

«А з цим неможливо погодитись, – промовив другий мудрець, – якби ти був правий, людина була б приречена, як павук, сидіти день у день в павутинні своїх звичок. Людину створює її майбутнє. Байдуже, що я знаю чи вмію! Сьогодні я буду вчитися тому, що знадобиться мені в майбутньому. Моє припущення про те, яким я хочу стати через два роки, куди більш реальне, чим мої спогади про те, яким я був два роки тому, тому що мої дії зараз залежать не від того, яким я був, а від того яким я збираюся стати. Мені подобаються люди, несхожі на тих людей, яких я знав раніше. А розмова з вами цікава не через звичку сперечатися, а через передчуття захоплюючої боротьби та несподіваного напрямку думок».

«Друзі мої, ви зовсім забули, – в розмову вступив третій мудрець, – що минуле і майбутнє існують лише в наших думках. Минулого вже немає. Майбутнього ще немає. І незалежно від того, згадуєте ви минуле чи мрієте ви про майбутнє, дієте ви лише в сьогодні. Тільки в сьогодні можливо щось змінити в своєму житті – ні минуле, ні майбутнє нам не підвладне. Тільки в сьогодні можна бути щасливим: спогади про минуле щастя – сумні, очікування майбутнього щастя – тривожні!»



Питання для обговорення:

З ким з мудреців ви погоджуєтесь?

Що з минулого ви б взяли з собою в майбутнє?

Що для вас означає «бути щасливим зараз»?



Висновок ведучого:

«Дійсно, людина повинна виносити уроки з минулого, але не зациклюватися на ньому. Недаремно кажуть: «Дурна людина не вчиться навіть на власних помилках, розумна вчиться на них, а мудра – на чужих помилках».

10.4. Підбиття підсумків заняття (10 хв)

Підсумовування (5 хв.):



Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучий роздає кожному учаснику оцінювальну форму заняття (Додаток

1). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучим.

Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 11. САМОВДОСКОНАЛЕННЯ



Ціль заняття: сформувати усвідомлення самовдосконалення як шляху досягнення життєвих цінностей.



Завдання:

- інформувати учасників про особливості самовдосконалення;
- сприяти розумінню ефективних шляхів самовдосконалення;
- сприяти позитивній мотивації учасників на подальше проходження Програми.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|------|----------------------------|---|--------|
| 12.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 12.2 | Знайомство | Вправа «Інтерв'ю» | 10 хв. |
| 12.3 | Основна частина | Мозковий штурм «Самовдосконалення - це...»; обговорення притч | 65 хв. |
| 12.4 | Підбиття підсумків заняття | Підсумовування, заповнення оцінювальної анкети | 10 хв. |



План-конспект заняття

12.1. Вступна частина (5 хв)



Повідомлення ведучого. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи.

Далі ведучий коротко проводять огляд заняття, оголошуючи його тему, цілі та завдання, а також зазначають основні поняття, коротко коментують план проведення:

«На сьогоднішньому занятті ми з вами розберемося, що таке самовдосконалення і чому воно потрібно у житті. Якщо коротко, самовдосконалення – це розвиток своїх здібностей та талантів».

12.2. Знайомство (10 хв.)



Вправа «Інтерв'ю» (10 хв.)



Ціль: підвищити рівень життєвого оптимізму, створити позитивний настрій, налаштувати учасників на роботу.

Хід проведення:



Ведучий пропонує учасникам розбитися на пари та провести взаємне інтерв'ю на тему «Які шляхи самовдосконалення ви обираєте у житті». Наприкінці бажаючі можуть поділитися власними історіями з життя.



Мозковий штурм «Самовдосконалення – це...» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Кожен з вас по різному розуміє самовдосконалення, тому пропоную кожному з вас завершити речення «Самовдосконалення – це...».



Питання для обговорення:

- Чи легко було виконувати вправу?
- Можливо, комусь було важко? Що заважало?
- Які емоції виникали у процесі презентації власного розуміння самовдосконалення?

Аналіз притчі «Камінь» (15 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми прагнемо негайно отримати позитивний результат, і якщо цього не відбувається, впадаємо у відчай. Пропоную вам прослухати притчу про старого та камінь.

Один літній чоловік мав дуже слабке здоров'я. Одного разу він почув, як Бог наказує йому штовхати величезний камінь на своєму подвір'ї. День у день, місяць у місяць, рік у рік штовхав він цей камінь. Настав день, коли сатана прийшов до нього і спитав, наскільки далеко він пересунув камінь, штовхаючи його щодня.

- Ні на дюйм, - відповів старий. - Я взагалі його не зсунув.

- Ну ти й невдаха, - відказав йому диявол. - Бог ніколи не казав тобі штовхати цей камінь. Якби Він повелів би це тобі, то ти давно би вже зсунув його з місця.

Старий подумав над тим, що сказав йому диявол, і звернувся до Бога з питанням, чому він штовхав камінь упродовж багатьох років, але так і не зсунув його.

- Я ніколи не казав тобі зсунути камінь, - мовив Бог. - А тільки просив його штовхати. І поглянь, як завдяки цьому послухові ти змінився. Ти був таким слабим і хворим, коли отримав від мене наказ. А тепер ти сильний і здоровий. Ти дуже змінився. Можливо, ти не зміг би пересунути камінь, але це може зробити я. І своїми зусиллями ти вправлявся у вірі».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

В чому полягав сенс штовхання каменю людиною?



Висновок ведучого:

«Чи був рух у тому, що він робив? Ні. Чи був поступ? Так. Не плутаймо рух з поступом у своєму житті. Вони можуть відбуватися одночасно. Тільки через те, що ми не бачимо руху, не думаймо, що немає поступу».

Аналіз притчі «Гусак і гусінь» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми вважаємо, що не маємо жодних здібностей, які можна розкрити. Пропоную вам прослухати притчу про гусака та гусінь.

Пішов Гусак у город дивитися, чи все там гаразд. Зирк - а на капусті хтось сидить.

- Ти хто? - питає Гусак.

- Гусінь.

- Ти не маєш крил! - зауважив Гусак. - Як же ти літаєш?

- А я не літаю, - зізналася Гусінь. - Я тільки повзаю.

- Хочеш, я навчу тебе літати? Це зовсім не важко, якщо ти здібна, то швидко навчишся.

Гусениця охоче згодилася. Заняття почалися наступного дня.

- Оце земля, це - небо. Якщо ти повзаєш по землі, то просто повзаєш, а якщо повзаєш по небу, то вже не повзаєш, а літаєш.

Так розповідав Гусак. Він добре тямив у теорії.

З-під капусти визирнула чиясь голова:

Вони училися щодня з ранку до полудня. А Гусінь на уроках плела павутину і обмотувала себе, поки не перетворилася на якусь воскову лялечку.

- Так діла не буде, - зробив їй зауваження Гусак. - Тепер я бачу що ти ніколи не літатимеш. .

Але одного разу, прийшовши на заняття, Гусак не застав Гусені.

- А де Гусениця? - запитав Гусак. - Вона занедужала?

- Вона полетіла, - сказав Черв'як. - Он бачите того метелика?



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

Чому Гусінь нарешті полетіла?



Висновок ведучого:

«Кожній людині дано здібності, що відповідають її призначенню. Найголовніше - не прагнути до чужого призначення, а розкрити власне. Завдання мудрого вчителя - допомогти розпізнати його».

Аналіз притчі «Яйце, морквина та кава» (10 хв.)



Слово ведучого:

«В екстремальних ситуаціях людина може поводити себе по-різному: одна мобілізується і розкриває свої найкращі якості, інша - навпаки. Пропоную вам прослухати притчу про яйце, морквину і каву.

Прийшла дочка до батька і каже:

- Батько, я втомилася, у мене таке важке життя, я не бачу в ньому ніякого сенсу! У мене постійно труднощі і проблеми ... Я весь час пливу проти течії .. У мене просто немає більше сил !!! ... Що мені робити ???

Батько замість відповіді поставив на вогонь три однакові каструлі з водою, в одну кинув моркву, в іншу поклав яйце, а в третю насипав каву. Через деякий час він вийняв з води моркву і яйце, і налив в чашку кави з третьої каструлі.

- Що змінилося? – Запитав він дівчину.

- Яйце і морква зварилися, а зерна кави розчинилися у воді. – Відповіла вона.

– Ні, дочка моя, це лише поверхневий погляд на речі.

Подивися – тверда морква, побувавши в окропі, стала м'якою. Крихке і рідке яйце стало твердим. Зовні вони не змінилися, вони лише змінили свою структуру під впливом однакових несприятливих обставин – окропу. Теж саме відбувається і з людьми – сильні зовні можуть розклеїтися і стати слабкими, тоді як крихкі і ніжні лише затвердіють і зміцніють.

– А кава? – Запитала дочка.

– О! Це найцікавіше! Кава повністю розчинилась в новому ворожому середовищі і змінила її – перетворивши окріп в чудовий ароматний напій.



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

З якою людиною ідентифікується морква, з якою – яйце, з якою - кава?



Висновок ведучого:

«Є особливі люди, які не змінюються під тиском обставин – вони самі змінюють обставини і перетворюють їх на щось нове і прекрасне, отримуючи користь і знання з будь-якої, навіть найбільш несприятливої ситуації. Я хочу, щоб ви припинили вести себе як “морквини”, згадали про те, що ви люди, щастя яких – у її власних руках! Будьте як кава. Мінняйте обставини, а не себе!!!»

Аналіз притчі «Жабеня» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Часто ми слухаємо людей, які переконують нас, що ми не зможемо досягти мети. Пропоную вам прослухати притчу про жабеня, яке перемогло у змаганні.

Жили маленькі жабенята. Вони організували змагання з бігу. Завданням було зібратися на вершину башти. Зібралось багато охочих, щоб подивитися ці змагання та посміятися з учасників. Змагання розпочалися...

Правда, ніхто з присутніх не вірив в те, що жабенятам вдасться забратися на вершину башти. Звідусіль можна було почути: «Це дуже складно!!! Вони ніколи не заберуться на верх...Адже башта дуже висока». Маленькі жабенята почали падати один за одним...За виключенням тих, у

кого відкрилося друге дихання. Вони піднімалися все вище і вище. Натовп весь час кричав: «Дуже важко!!! Ніхто з них не зможе дістатися вершини».

Жабенята втомилися і попадали. Тільки одне жабеня піднімалося все вище і вище...Приклавши всі зусилля, подолавши усі труднощі жабеня дісталось вершини!!! І перемогло. Тоді решті жабенят захотілося дізнатися, як йому це вдалося зробити, звідки черпав він свої сили? Виявилось – переможець був глухий!!!»



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

Чому одне жабеня перемогло, а інші - ні?



Висновок ведучого:

«Ніколи не слухай людей, що намагаються посіяти сумніви в твоїй душі, намагаються передати свій песимізм і негативний настрій. Вони відбирають у тебе твої найзаповітніші мрії і бажання. Не забувай про силу думки і слова. Завжди вір в себе і в свої сили!!! Ти зможеш!!!»

Аналіз притчі «Олівець» (10 хв.)



Слово ведучого:

«Людину можна порівняти з олівцем: тебе періодично «підстругують», ти залишаєш за собою слід і головне те, що у тебе всередині. Пропоную вам прослухати притчу про олівець.

Малюк дивлячись, як бабуся пише листа запитав:

«Ти пишеш про те, що відбувається з нами? А може ти пишеш про мене?»

Бабуся посміхаючись відповідає онуку: «Так, дійсно я пишу про тебе. Але головне не те, що я пишу, а чим я пишу. Я хотіла б, щоб ти коли виростеш, став таким, як цей олівець». Малюк зацікавлено дивиться на олівець і нічого не помічає особливого. Олівець – точно такий як інші...

- Все залежить від того, як дивитися на речі. Цей олівець має п'ять якостей, необхідних для тебе, якщо ти хочеш прожити все життя у злагоді з собою і світом.

По–перше: щоб писати, доводиться час від часу підстругувати олівець. Ця операція трохи болюча для нього, але потім олівець пише тонше. Отже, умій перетерпіти біль, пам'ятаючи, що станеш кращим і благороднішим.

По–друге: якщо користуватися олівцем, завжди можна витерти резинкою те, що вважаєш помилковим. Пам'ятай, що змінювати себе – не завжди погано. Це єдиний спосіб йти правильним шляхом.

В–третіх: в олівці має значення не дерево, з якого він зроблений, не його форма, а графіт, що знаходиться всередині. Тому завжди думай про те, що відбувається в твоїй душі.

Вчетверте: олівець завжди залишає за собою слід. Так і ти залишаєш свої сліди своїми вчинками, тому обдуманим має бути кожен твій крок».



Питання для обговорення:

Яка мораль цієї притчі?

В чому людина подібна до олівця?



Висновок ведучого:

«Через труднощі відбувається розвиток людини. Для цього інколи потрібно змінювати себе. Насамперед треба думати про те, що відбувається в душі. Кожна людина залишає сліди своїми вчинками, тому обдуманим має бути кожен твій крок».

12.4. Підбиття підсумків заняття (5 хв.)

Підсумовування (5 хв.):



Ведучий пропонує учасникам по черзі висловити свої враження від заняття.



Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)

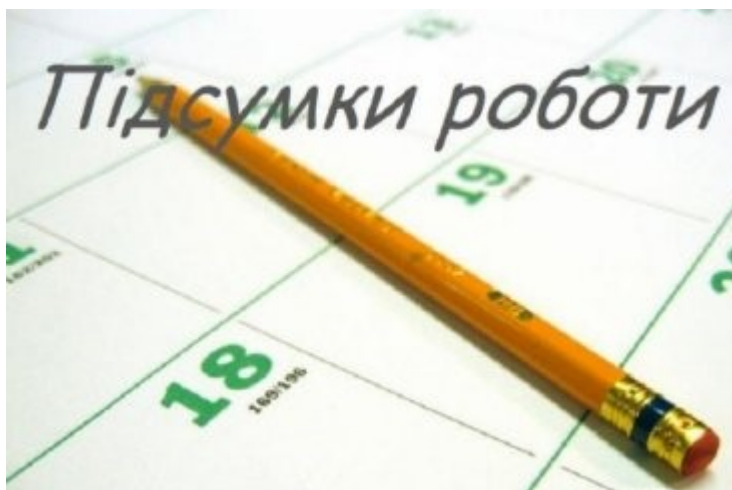
Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма заняття (Додаток 1).

Хід проведення:

Ведучий роздає усім учасникам оцінювальну форму заняття, розміщену у Додатку 1. Учасники заповнюють оцінювальну форму і здають її ведучому. Після чого заняття вважається закритим.

ЗАНЯТТЯ 12. ПІДСУМКОВЕ



Ціль заняття: визначити досяжні життєві цінності для кожного з учасників, актуалізувати розуміння учасниками того, що зміна поведінки та власного життя залежить безпосередньо від них.



Завдання:

- сформувані уміння визначати цінності з урахуванням потреб;
- навчити визначати послідовність у діях для реалізації цінностей.



Тривалість: 90 хв.



План заняття:

| | Пункт плану | Опис | Час |
|------|----------------------------|--|--------|
| 13.1 | Вступна частина | Повідомлення ведучих. Огляд заняття | 5 хв. |
| 13.2 | Знайомство | Вправа «Моя річ» | 20 хв. |
| 13.3 | Основна частина | Вправи «Валіза», «План дій». | 45 хв. |
| 13.4 | Підбиття підсумків заняття | Заповнення оцінювальної анкети; прощання | 20 хв. |



План-конспект заняття

13.1. Вступна частина (5 хв.)



Повідомлення ведучих. Огляд заняття (5 хв.)



Ціль: ознайомити учасників із структурою заняття, представити тему, зробити короткий її огляд.

Хід проведення:



Ведучий вітає учасників групи, ознайомлюють із темою заняття, його ціллю, основними поняттями, коротко коментують план проведення.

«Сьогодні у нас підсумкове заняття, на якому ми повинні підбити підсумки попередніх занять і скласти план ваших дій у майбутньому».

13.2. Знайомство (20 хв.)



Вправа «Моя річ» (20 хв.)



Ціль: налаштувати учасників на роботу та активну участь.

Хід проведення:



Ведучий просить учасників протягом 2 хвилин зосередитися і визначити зі своїх речей одну, яка є найулюбленішою і могла б найбільше «розповісти» про свого господаря.

Потім він просить учасників розповісти про ще невідомі факти стосовно себе від імені своєї речі.



Питання для обговорення:

- Чи сподобалась вам вправа?
- Що нового ви дізналися один про одного?
- Хто здивував вас найбільше?

13.3. Основна частина (45 хв.)



Вправа «Валіза» (20 хв.)



Ціль: визначити, що було найбільш значущим для кожного учасника у процесі проходження програми.

Необхідні матеріали: намальована на аркуші фліп-чарту валіза, стікери (клейкі аркуші).

Хід проведення:



Учасникам пропонують «зібрати валізу» для кожного з них. До валізи потрібно «покласти» те, що допомагатиме досягати успіху у різних сферах, і те, що заважатиме.

«Валізу» збирають за відсутності учасника та з дотриманням таких правил:

- 1) «покласти до валізи» однакову кількість рис, які допомагають і заважають;
- 2) кожному рису «вкласти до валізи» лише з відома всієї групи;
- 3) «покласти до валізи» можна лише ті риси, які було виявлено під час роботи;
- 4) «класти до валізи» можна лише ті риси, які піддаються корекції.



Питання для обговорення:

- Чи сподобалась вам вправа?
- Що нового ви дізналися один про одного?
- Хто здивував вас найбільше?



Вправа «План дій» (25 хв.)



Ціль: визначити план дій для учасників після проходження Програми.

Необхідні матеріали: аркуші паперу.

Хід проведення:



Учасникам пропонують скласти приблизний план дій після проходження Програми (на найближчий рік). В ньому бажано вказати конкретні заходи, час їх виконання та ресурси, потрібні для цього.



Питання для обговорення:

- Чи сподобалась вам вправа?
- Що нового ви дізналися один про одного?
- Хто здивував вас найбільше?

13.4. Підбиття підсумків заняття та Програми (10 хв.)

Вправа «Найважливіше для мене» (5 хв.)



Ціль: визначити, що було найбільш значущим для кожного учасника у процесі проходження програми.

Хід проведення:



Ведучий просять учасників пригадати усі заняття та подумати, що за весь час участі у програмі було для них найбільш важливим, і спочатку записати у зошитах, а потім озвучити, відповіді на такі запитання:



- 1. Що було для тебе найбільш цінним та корисним під час участі Програмі?*
- 2. Що було для тебе найбільшим відкриттям?*
- 3. Що з того, про що ти дізнався / дізналась, ти плануєш використовувати у своєму житті?*

Заповнення оцінювальної анкети (5 хв.)



Ціль: отримати зворотний зв'язок від учасників про заняття.

Необхідні матеріали: оцінювальна форма програми (Додаток 2).

Хід проведення:



Ведучий роздає кожному учаснику оцінювальну форму програми (Додаток 2). Учасники заповнюють оцінювальну анкету і здають її ведучому.

ДОДАТКИ

Оцінювальна анкета заняття

Заняття № _____

Шановний учасник!

Твоя думка про завершене заняття дуже важлива для нас. Твої відгуки допоможуть зробити нашу спільну роботу ще ефективнішою. Будь-ласка, обведи на шкалі одну цифру від 1 до 10. Дякуємо за співпрацю!

1. Мій настрій до тренінгу:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Поганий

Дуже гарний

2. Мій настрій після тренінгу:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Поганий

Дуже гарний

3. Наскільки все було зрозумілим для мене:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Не зрозуміло

Все ясно

4. Наскільки мені було цікаво:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Не цікаво

Дуже цікаво

5. Наскільки потрібний і корисний запропонований матеріал для мене:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Не корисний

Дуже корисний

6. Як активно я брав/ла участь у занятті:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Пасивно

Дуже активно

7. Як багато я отримав/ла від заняття:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Нічого

Дуже багато

Оцінювальна анкета Програми

Прізвище, ім'я _____

Дата завершення Програми: _____

Шановний учасник!

Твоя думка про Програму дуже важлива для нас. Твої відгуки допоможуть у майбутньому покращити Програму та зробити її ще більш ефективною.

Будь ласка, обведи на шкалі одну цифру від 1 до 10 та надай відповіді на запропоновані запитання. Дякуємо за співпрацю!

1. Наскільки все було зрозумілим для мене під час всієї Програми:

12 3 4 5 6 7 8 9 10



Не зрозуміло

Все ясно

2. Наскільки мені було цікаво під час всієї Програми:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Не цікаво

Дуже цікаво

3. Наскільки потрібний і корисний для мене запропонований у Програмі матеріал:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Не корисний

Дуже корисний

4. Як активно я брав/ла участь у Програмі:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Пасивно

Дуже активно

5. Як багато я отримав/ла від Програми:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Нічого

Дуже багато

1. Наскільки ймовірно, що я порекомендую програму своїм друзям/подругам?

12 3 4 5 6 7 8 9 10



Малоймовірно (не рекомендуватиму) Дуже ймовірно (порекомендую)

2. Що у Програмі було найбільш цінним для мене (назвіть конкретні теми)?

3. Що я вважаю зайвим, не потрібним для розгляду у Програмі (назвіть конкретні теми)?

4. Що я можу порекомендувати для підвищення ефективності Програми?

Підпис _____

УДК 377.015.31:17.022.1

П 21

Пахомов І. В. **Формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти : програма тренінгу.** Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО», 2023. 97 с.

Мета розробки даної тренінгової програми: формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти на засадах екзистенційної психології та притчатерапії.

Зміст даної тренінгової програми відображає сучасні тенденції з формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти, містить інформацію щодо сутності цих цінностей, методики організації та проведення тренінгових занять в умовах сучасного закладу професійної (професійно-технічної) освіти на засадах компетентнісного підходу.

Основні положення даної тренінгової програми носять як науково-методичний, так і практично-зорієнтований характер і покликані сприяти більш чіткому та систематизованому уявленню про методику формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти.

Матеріали даної тренінгової програми стануть у нагоді педагогічним працівникам і керівникам закладів професійної (професійно-технічної) та фахової передвищої освіти, насамперед соціальним педагогам та психологам.

© БІНПО ДЗВО УМО, 2023

© Пахомов І.В.